

DE OMGEVING

Nieuwsbrief van de Naastbetrokkenenraad Arkin

Arkin is de overkoepelende naam van de volgende onderdelen: Mentrum, Roads, Jellinek, PuntP, Novarum, NPI, Inforsa en Spoedeisende Psychiatrie Amsterdam. Meer informatie vindt u op www.arkin.nl



NaastBetrokkenenRaad

Beste Mensen

De laatste jaren bent u gewend dat deze inleiding van de Omgeving "Beste mensen" door de voorzitter Greetje Gulien werd geschreven. Zij blijft aan als raadslid maar, zoals u hebt kunnen lezen, heeft zij afscheid genomen als voorzitter. Deze functie heeft ze een aantal jaren met grote inzet, veel toewijding en met haar hele hart vervuld: een natuurtalent. Dat laatste is één van haar kwaliteiten: het met hart, ziel en zaligheid verwoorden van wat ons en u beweegt en daarbij recht het hart aanspreken.

Er is nu nog geen nieuwe voorzitter. Deze functie is nog vacant. We hopen binnen afzienbare tijd een nieuwe voorzitter en nieuwe leden te mogen verwelkomen en aan u voor te stellen. Weet u iemand? Wilt u zelf komen kijken of een gesprek hebben om te kijken of u mee wilt werken in onze naastbetrokkenenraad? Iedere bijdrage is welkom: meedenken graag, maar ook als het gaat om meehelpen met de administratie is uw bijdrage zeer welkom. Voelt u vrij en maak ons blij!

De Naastbetrokkenenraad heeft besloten om tot die tijd de taken te verdelen onder de leden en ook dit schrijven hoort daarbij.

Toenemende ambulantisering (= mensen zoveel mogelijk buiten de kliniek behandelen en begeleiden) en de daarmee samenhangende toenemende vraag naar mantelzorg is een hot item. Er wordt meer van naastbetrokkenen gevraagd zonder dat de ondersteuning van naastbetrokkenen evenredig toeneemt.

Graag vernemen wij van u, die het allemaal meemaakt, uw suggesties en interesses: waar zou u graag over willen lezen in onze nieuwsbrief "de Omgeving"?

In deze Omgeving kunt u o.a. lezen over naastbetrokkenen beleid in Mentrum kliniek Reigersbos, over de Landelijke Dag Psychische Gezondheid op 10 oktober en stelt een nieuw lid zich voor.

Voor nu wensen we u veel leesplezier toe.

Evelien van Os,
lid Naastbetrokkenenraad

Yet Wegdam,
Ondersteuner

Inhoudsopgave

- Beste mensen.
- Een voorbeeld uit de praktijk.
- 10 Oktober Landelijke dag -
 - Psychische Gezondheid.
- PuntP Preventie lanceert website voor de Familie.
 - Even voorstellen.
 - Herfstconcert.
- Dromen over de grens.
- Het Estafette interview.

Naastbetrokkenenraad Arkin

Klaprozenweg 111
1033 NN Amsterdam
telefonisch spreekuur op
donderdag van 13.00 - 16.00 uur
T: (020) 590 4095
naastbetrokkenraad@arkin.nl

De Naastbetrokkenenraad Arkin bestaat uit:

Greetje Gulien
Jan van Mierlo
Evelien van Os
Clary Beuker
Joke van Dorsten
Laura Polder
Charles Enderman
(ondersteuner/
adviseur)
Marcella Kan
(ondersteuner/
adviseur)
Yet Wegdam
(ondersteuner)
Paulien Leijder
(administratie/
PR)

Een voorbeeld uit de praktijk

Het naastbetrokkenen beleid krijgt steeds meer vorm op Mentrum kliniek Reigersbos en Makandra.

Dit is mede te danken aan de naastbetrokkenenconsulenten van kliniek Reigersbos Pierre Verhijde en Marjon Havermans-Enting. Zij doen dit samen met Manon Kok, die het ambulante gedeelte (Makandra) voor haar rekening neemt.

Al enkele jaren werken Pierre en Marjon als groepsbegeleiders op de kliniek Reigersbos. Sinds eind 2011 zijn ze, samen met Manon ook naastbetrokkenen consulent voor Reigersbos.

Behandeling en rol Naastbetrokkenenraad.

Elke cliënt heeft een persoonlijk begeleider. Voor deze cliënten schrijft de medewerker onder andere een persoonlijk toekomst plan (vanuit Supported Living) en denkt mee over het behandelplan.

Pierre, Manon en Marjon werken hier onafhankelijk van als consulent.

Binnen de kliniek verblijven 42 cliënten waarvan bij ongeveer 90% een naastbetrokkene bekend is en geregistreerd is in het EPD (Elektronisch Patiënten Dossier). Bij de behandelplanbesprekingen wordt nu ook standaard voor elke cliënt een naaste uitgenodigd. Om de band tussen persoonlijk begeleider en cliënt niet te verstoren nemen soms de consulenten de taak op zich om met een nieuwe cliënt te praten om zo toch een naaste te kunnen noteren. Volgens de richtlijnen hoeft dit niet altijd een naast familie lid te zijn maar worden er ook vrienden/ vriendinnen genoteerd. Manon is met haar collega's van Makandra ook bezig om alle contacten in beeld te krijgen. Totaal betreft dit 78 cliënten wat veel werk met zich mee brengt maar met resultaat.

Om de onafhankelijkheid te waarborgen kunnen de naastbetrokkenen wiens naaste onder verantwoordelijkheid van een persoonlijk begeleider valt (bijvoorbeeld Pierre), door Marjon of Manon begeleid worden en andersom.

Een naastbetrokkenen consulent helpt als de Triade (samenwerking hulpverlener, cliënt, persoonlijk begeleider, familie) onderbroken is. De consulent neemt dan tijdelijk het stokje van de persoonlijk begeleider over, geeft de benodigde informatie door aan familie zodat het vertrouwen van een cliënt in zijn hulpverlener niet geschaad wordt.

Als een cliënt geen contact met familie wil is het de taak van de consulenten om de familie wel in te lichten omdat zij recht hebben om te weten waar hun naaste is en hoe het met hem/

haar gaat. Uiteraard wordt er niets verteld over het ziekte beeld of de behandeling van de cliënt als deze dat zelf niet wil. De consulenten merken dat de naasten het erg fijn vinden om op deze manier toch te horen waar hun naaste verblijft. Daarnaast treedt de consulent op als adviseur voor de collega's omtrent het naastbetrokkenen beleid van Arkin.

Naastbetrokkenenavond

Elk kwartaal wordt er een naastbetrokkenen avond op Reigersbos georganiseerd.

De opkomst van de naastbetrokkenen op zo'n avond is het laatste jaar ruimschoots verdubbeld. Dat de opkomst verdubbeld is, is ook gelegen in het feit dat naast de schriftelijke uitnodiging de consulenten de naastbetrokkenen ook persoonlijk uitnodigen. Dit persoonlijk contact wordt zowel door de consulenten alsook door de naastbetrokkenen zeer gewaardeerd.

De eerste 'Makandra' familie avond heeft inmiddels op 28 augustus plaatsgevonden.

Verbouwing

Na ruim 12 jaar is de kliniek toe aan een grondige verbouwing. Daar is een aantal maanden geleden een eerste start mee gemaakt.

De eerste fase is nu afgerond en de nieuwe entree die "de Haven" heet is klaar. Van "de Haven" wordt nu al veelvuldig gebruikt door de cliënten van de kliniek om elkaar te ontmoeten maar zeker ook om met hun naasten te kunnen praten met een (gratis) kopje koffie of thee erbij.

De kliniek staat open voor vernieuwing want er is met de verbouwing ook een gespreks- en naastbetrokkenen kamer gekomen.

In deze kamer kunnen behandelaren met cliënten een gesprek hebben, de rechtbank of advocaat kan er gebruik van maken als er een zitting is maar hij is zeker ook bedoeld voor de naastbetrokkenen. Hier kunnen zij een gesprek hebben met de behandelaar of begeleider van hun naaste of met een consulent als er vragen zijn die de naastbetrokkene liever met een onafhankelijk persoon bespreekt. Wanneer een cliënt de ondersteuning nodig heeft van de naastbetrokkenen, bijvoorbeeld omdat de cliënt onrustiger wordt is er tevens de mogelijkheid om te kunnen blijven overnachten.

Al met al goede ontwikkelingen voor de cliënten en hun naasten op Kliniek Reigersbos-Makandra.

Marjon Havermans-Enting

*Groepsbegeleider en naastbetrokkenenconsulent Mentrum
Kliniek Reigersbos*

DE OMGEVING

September 2013 jaargang 10 nummer 2

10 oktober Landelijke dag Psychische Gezondheid

10 oktober Landelijke Dag Psychische Gezondheid

Dit jaar staat de online campagne van de Landelijke Dag in het teken van familie van mensen met psychische problemen: "Zorg om een ander. Zorg voor uzelf."

Vanaf 10 oktober vindt u op de website www.psychische-gezondheid.nl/familie zes weken lang een scala aan informatie, tests, tips, ervaringsverhalen en een speciaal campagnelied. Laat u informeren!

PuntP Preventie lanceert website voor familie: www.mijnihelp.nl

Speciaal voor familie en mantelzorgers van mensen met psychische en/of verslavingsproblemen is een speciale pagina ontwikkeld op de website PuntP Preventie. Nu is deze nog in de testfase maar op 10 oktober, Landelijke Dag Psychische Gezondheid, vindt de lancering plaats.

U kunt als familie op de site terecht voor een online zelfhulp cursus waarbij u zelf bepaalt of u daarbij begeleiding wilt. U vindt informatie over mogelijkheden voor steun en lotgenotencontact bij o.a. familieorganisaties in Amsterdam, landelijk en natuurlijk bij Arkin. En u vindt een overzicht van handige websites en boeken. Naast de pagina voor familie en mantelzorgers is er een

pagina waar mensen met stress, somberheid en angstklachten terecht kunnen voor informatie en cursussen. Nieuw is dat de cursussen Mindfulness en In de Put, Uit de Put nu ook online ondersteuning kennen: deelnemers aan deze groepscursussen maken online opdrachten en kunnen ervaringen uitwisselen in het forum. PuntP preventie heeft het initiatief genomen voor deze website om het online preventief aanbod te versterken. Mijn iHelp is een online platform waar u zelf aan de slag kan, zonder direct de hulpverlening in te gaan, toegankelijk en gemakkelijk. Naar behoefte kunnen Amsterdammers ondersteuning krijgen van deskundigen via mail of telefoon. PuntP Preventie nodigt u van harte uit om de site te bezoeken en hen te laten weten wat u ervan vindt! mijnihelp@punftp.nl

Even voorstellen

[Een nieuw lid van de Naastbetrokkenenraad stelt zich voor.](#)

Ik ben Tessa Bos, 31 jaar en samen met mijn vriend en kater woonachtig in Amsterdam. Ik ben opgegroeid in Muiderberg, samen met mijn ouders en mijn drie jaar jongere zusje. Eigenlijk realiseerde ik me al heel jong dat het er bij ons thuis anders aan toe ging dan bij vriendjes en vriendinnetjes. Er was veel ruzie tussen mijn ouders en mijn moeder had veel last van stemmingswisselingen wat maakte dat mijn zusje en ik in een heel onveilige situatie opgroeiden. Als ik uit school naar huis liep was het altijd maar weer de vraag hoe ik mijn moeder aan zou treffen en hoe de sfeer de rest van de dag zou zijn. Naarmate ik ouder werd kwam ik erachter dat mijn moeder een alcoholprobleem had, wat zorgde voor boze buien, onzekerheid en agressie. Mijn ouders scheidden toen ik 12 jaar was. Daarna is het met mijn moeder eigenlijk alleen maar slechter gegaan. Zij bleek echt een hardnekkige alcoholverslaving te hebben met daarbij persoonlijkheidsproblematiek en depressieve klachten. Helaas is er bij mijn moeder nooit een goede diagnose gesteld omdat zij een echte zorgmijder was. Als kind en ook als jonge vrouw heb ik het gevoel gehad dat ik nergens met mijn vragen over mijn moeder terecht kon.

Ik heb hulp gemist, een luisterend oor, een adviesorgaan. Op een gegeven moment was mijn moeder zo lichamelijk zo ziek van de drank dat ik nog één keer in een wanhoopsactie contact heb opgenomen met de verslavingsinstantie in Almere waar zij op dat moment onder behandeling was. Voor zover zij haar afspraken daar nakwam. Ik sprak mijn zorgen uit en vertelde dat ik ten einde raad was en hulp nodig had. Ik werd afgescheept met: "sorry mevrouw, maar i.v.m. je moeders privacy kunnen wij hier niks over zeggen", en de hoorn werd erop gegooid. Twee weken later overleed mijn moeder. Ik was toen 21 jaar.

Als naastbetrokkene van iemand met een verslaving sta je erg machteloos. Alles hangt af van de intrinsieke motivatie van de persoon zelf om hulp te zoeken en de verslaving aan te pakken. Als naastbetrokkene kun je, naast adviseren en ondersteunen, vaak alleen maar toekijken en hopen dat er een keerpunt komt.

Sinds mijn moeders overlijden heb ik het gevoel gehad dat ik iets met mijn ervaringen moest doen. Ik wilde dat haar verslaving en overlijden niet voor niets zouden zijn geweest en besloot drie jaar geleden te solliciteren bij Arkin voor een opleidingsplek tot psychiatisch verpleegkundige.

DE OMGEVING

September 2013 jaargang 10 nummer 2

Ik werd aangenomen en ben nu bezig met het laatste jaar van mijn studie HBO Verpleegkunde.

Inmiddels heb ik op drie verschillende afdelingen stage gelopen, zowel in de psychiatrie als in de verslavingszorg, en heb ik gelukkig gemerkt dat er bij Arkin wel degelijk aandacht is voor naastbetrokkenen. Toch valt er zeker nog winst te behalen. Om mijn steentje hieraan bij te dragen heb ik me aangesloten

bij de Naastbetrokkenenraad.

Graag zet ik de combinatie van mijn ervaringsdeskundigheid als naastbetrokkene en mijn kennis als (bijna) psychiatrisch verpleegkundige in om het bewustzijn omtrent het belang van een goed naastbetrokkenen contact binnen de organisatie te vergroten!

Tessa Bos

Herfstconcert

Net als vorig jaar organiseert het team Geestelijk Verzorgers van Arkin samen met de Naastbetrokkenenraad een concert op vrijdag 1 november. Op die dag is het Allerheiligen. De dag daarna - 2 november - Allerzielen.

Het is een oude traditie om rond die dagen stil te staan bij de mensen die niet meer leven maar, die nog dagelijks in je gedachten en in je hart zijn.

Op vrijdag 1 november is iedereen van harte welkom in het

Gasthuis (Arie Biemondstraat 103, WG-terrein in Oud-West) om 15.30 uur voor koffie en thee. Het concert begint om 16.00 uur. We luisteren naar piano en viool. Naar verhalen en gedichten. Er is ook gelegenheid om een kaarsje aan te steken voor mensen die je mist. Na afloop is er een samenzijn met een drankje en een hapje.

Voor meer informatie:

[Ben de Boer \(geestelijk verzorger Arkin 06-55 36 85 09\)](mailto:Ben.de.Boer@arkin.nl)

"Dromen over de grens"

Op dit moment komt er een groep cliënten wekelijks bijeen. Wat ze gemeen hebben is dat ze willen vertellen over hun leven en laten zien wat hen beweegt.

Twee jaar geleden leverde dat de supermooie en ontroerende toneelvoorstelling met de titel "Dat ik mezelf ben" op.

Nu draagt het stuk in wording de werktitel: "Dromen over de grens".

We kunnen niet wachten het te zien. Liefst hadden we u allen al in november willen uitnodigen om deze voorstelling te komen zien maar - en dat is maar goed ook - de toneelgroep laat zich niet opjagen.

De toneelgroep is een project van Roads. In deze tweede theaterproductie wordt er nauw samengewerkt met Mentrum

Wijkgerichte Zorg. Het proces wordt gecoached door Marieke Starreveld (teamleider bij Roads) en Yarah de Korte (casemanager bij wijkteam Centrum)

Alle vertrouwen in hun toewijding en enthousiasme.

De regie is weer in handen van Teatro Munganga. In 2012 was Cláudia Maoli de drijvende kracht achter deze bijzondere groep. Nu zullen we naast haar warme enthousiasmerende energie ook de bezielende regie van Carlos Lagoeiro mogen ervaren.

Zoals het zich nu laat aanzien kunt u van ons een uitnodiging tegemoet zien voor een datum in januari 2014 (nog 4 maanden dus...)

Het Estafette interview

In elke Omgeving gaat de Naastbetrokkeneraad een Arkin-medewerker interviewen aan de hand van 12 vragen over zijn/haar visie en (werk-) ervaring met naastbetrokkenen in de psychiatrie en verslavingszorg. Daarna mag hij/ zij het stokje doorgeven.

Dit keer een interview met Marion Oppedijk, team coördinator bij Woontraincentrum de Witte Kaap.

1 - Kun je kort vertellen wat jouw functie binnen Arkin inhoudt?

Ik ben verpleegkundige met coördinerende taken voor het team van 8 mensen dat binnen de Witte Kaap werkt. Ik ben persoonlijk begeleidster (pb'er) van 6 cliënten. Mensen komen hier van woonzorgcomplex Jean Desmetstraat en begeleiding passen we helemaal aan aan wat wenselijk/nodig is. Soms zie ik 4x/ week voor een kort gesprek, anderen eens per maand. De meeste cliënten ken ik lang, één cliënt al 7 jaar. Volgens mij is het voor de band heel gezond om lang samen op te trekken. Mensen kunnen hier 2-3 jaar verblijven (zolang hij maar een ontwikkeling doormaakt waar wij iets in kunnen bieden). Daarna kan het zijn dat iemand zelfstandig kan gaan wonen met ambulante contact, dan zetten we alles op alles om iemand een eigen woning te helpen vinden en proberen we als dat in de buurt is, nog ambulante te begeleiden. Fijn is dat ze dan dezelfde arts, psychiater, psycholoog houden. Als iemand nog meer begeleiding nodig heeft, dan kan hij doorstromen naar een RIBW. Of naar Cordaan, dat zijn onze bureaus en de lijntjes zijn heel kort.

2 - Hoe heb je in je werk met naastbetrokkenen te maken?

Elk familielid dat binnenkomt, schud ik de hand. De familieleden van mijn persoonlijke cliënten ken ik uiteraard allemaal persoonlijk. Bij de intake vragen we al wie we kunnen uitnodigen: welke naasten zijn belangrijk voor je, hoe krijg je een supportgroep om je heen, hoe kunnen wij daar als hulpverlener bij helpen? Zijn er nog anderen die je wil ontmoeten, gaan we dat uitbreiden? We luisteren wel goed wat individuele cliënten zeggen. Een van mijn cliënten heeft een vriend en een vriendin, maar zegt dat hij met zijn familie hoofdstukken heeft afgesloten en dat prima vindt. Dat respecteren we dan wel, ook omdat hij wel degelijk anderen om zich heen heeft. Dan nog blijven we wel elk half jaar vragen of hij nog steeds tevreden is met die situatie. Een andere cliënt zie ik zelf niet zo veel want die is heel veel op de fiets op pad, maar met zijn moeder heb ik goed contact en hou via haar een lijntje met hem. Minimaal

1x/week heb ik met hem of moeder telefonisch contact of we zien elkaar. Ook als er niets aan de hand is spreek ik haar toch.

3 - Hoe belangrijk is het onderwerp naastbetrokkenen in jouw werk op een schaal van 0-10 en waarom?

Belangrijk: een 9. Hoe vaak ik het uitvoer: een 7. Vanwaar dat verschil? Ja, ik denk dat we er altijd nóg zorgvuldiger mee om kunnen gaan. Ik weet van mezelf wel dat ik het vroeger ook al belangrijk vond, maar er eigenlijk niks mee deed. Ik vond het moeilijk naasten te betrekken, ik zag er tegenop. Je krijgt als je familie spreekt vaak toch eerst een hoop ellende over je heen van het lange traject dat zij al met andere hulpverleners hebben afgelegd. Dan dacht ik wel: hoe kan ik die mensen nou helpen, en moet ik me nu verantwoorden voor al die fouten die er gemaakt zijn? Ik ben inmiddels over die drempel heen en ben er zeer bewust mee bezig, maar ook ik kan nog altijd beter. Een cliënt van mij heeft een hele goeie vriend en pas na een jaar ben ik met hem gaan kennismaken. Kijk, dat had ook 12 maanden eerder gekund, denk ik dan nu.

Wat heel erg helpt is dat wij hier een heel goede naastbetrokkenenconsulent (NBC) hebben. Zij helpt ons team om naastbetrokkenen steeds onder de aandacht te brengen. Zij begeleidt ons in het contactleggen, en als we het te moeilijk of spannend vinden, zegt zij 'dan doen we het toch samen?'. Zij heeft mij echt over drempels geholpen. Nu heb ik haar er niet meer zo in nodig, maar in het begin wel. Zo'n consulent helpt een team dus enorm verder.

Ikzelf heb echt ervaren dat het moeilijke vooral in mijn hoofd zat. Ik kan me nu niets herinneren waarvan ik kan zeggen 'dat wás echt heel moeilijk'. Nee, het leek moeilijk, en de drempel is hoog maar dat is je eigen angst en logisch omdat je het niet gewend bent. Als je er eenmaal ingaat, dan vinden mensen het meestal heel prettig erbij betrokken te worden, je hebt in no time een goeie samenwerking. Dat is voor de klant zo helpend, en voor mij is het ook hartstikke leuk. Dat maakt het de volgende keer veel makkelijker.

Ik vind het ook zo belangrijk met z'n drietjes (de klant, familie en ikzelf) de lijn uit te zetten. Jij als hulpverlener gaat ooit weer uit het leven van de cliënt, terwijl familie en vrienden blijven. Hoewel ik streef naar een soort professionele vriendschap, kunnen wij nooit betekenen wat familie of vrienden kunnen betekenen.

4 - Naastbetrokkenen komen steeds meer in beeld: wat vind je van die ontwikkeling?

Het zou een verplichting moeten worden in elk hulpverleningscontact.

5 - Wat is je mooiste ervaring wat betreft naastbetrokkenen, in werk of privé?

Op de Jean Desmetstraat werd ik pb'er van een man die het contact met zijn zus had verloren. Hij had jaren op straat geleefd, hij was lang niet altijd een fijne broer geweest en uiteindelijk was het contact verbroken. Hij had wel altijd haar telefoonnummer in zijn telefoon bewaard. Hij durfde niet te bellen, bang om afgewezen te worden. We hebben contact gezocht met zijn zus en zij bleek dezelfde gevoelens te hebben. Dat is tot een ontmoeting gekomen waar wel een camera bij gekund, zo prachtig was het! Na die eerste blije ontmoeting kwamen natuurlijk wel de gesprekken met oud zeer los, en daar hebben wij hen bij begeleid. Ook spraken we met hem over het weer oppakken van zijn rol als broer. Want je zus terug hebben is één, maar je moet dan ook zelf weer broer zijn, en dat kan nog moeilijk zijn. Zus heeft hem daarna geholpen om de stap te maken hun vader weer te ontmoeten. Uiteindelijk is bij zus in de stad een woonproject voor psychiatrische patiënten gestart en heeft hij daar, dichtbij haar, een huis gekregen. Nu laat hij haar hond uit en kookt zij soms voor hem.

6 - Wat is je meest nare ervaring wat betreft naastbetrokkenen?

Ik begeleidde een cliënt die een relatie kreeg met een medecliënte. Zij heeft heel veel kwetsbaarheid voor psychose. Zij kwam uit de kliniek en logeerde bij hem. Op een avond raakte zij in crisis, werd zij erg bang en dacht zelfs een eind aan haar leven te willen maken. Mijn cliënt belde mij dat hij de zorg voor haar niet meer aankon. We hadden inmiddels niet alleen haar maar ook haar betrokken moeder goed leren kennen. Samen met hem en moeder hebben we die avond lang en hard gewerkt om de cliënte naar een kliniek te krijgen. Korte opname leek ons allen nu het beste, voor de structuur van de cliënte, voor de ontlasting van de zeer belaste mantelzorgers. Bij de spoedeisende psychiatrie moest de cliënte echter à la minute de separeren in en wij mochten er allemaal niet meer bij. Moeder werd de deur gewezen en verteld maar naar huis te moeten gaan. Zonder enige uitleg. Het was 'bedankt en daar is de deur'. Het wordt nog erger want later op die dag belde moeder mij dat haar dochter toch niet ziek genoeg was geweest en weer opgehaald mocht worden door moeder. Ook daarbij kreeg moeder verder geen uitleg of steun. Voor mij zijn deze dingen onbegrijpelijk. Ikzelf had de cliënte nooit zo rustig, zonder agressie, zonder handboeien, naar de kliniek

gekegen. Ik dank moeder op mijn blote knieën dat we dat zo samen hebben kunnen doen. Haar dan zo negeren en pas weer bellen als cliënte mag worden opgehaald.... ik heb er geen woorden voor.

Een ander voorbeeld is toen ik eens bij een cliënte langskwam op de kliniek. Hij bood me koffie aan maar dat mocht niet meer want 'koffietijd was voorbij'. Ik mocht alleen een glas water. Toen ik een uurtje later wegging zei hij nog tegen een verpleegkundige 'dit is mijn persoonlijk begeleider, teamleidster van de Witte Kaap' en op dat moment zag ik alles veranderen. Ik kreeg ineens een hand, ik mocht me gaan voorstellen, het team kwam naar mij toe, ik kreeg koffie aangeboden! Wat erg. Ik heb het toen ook wel gezegd hoor: je hoeft je aan mij niet voor te stellen, je moet zijn zus een hand geven en leren kennen, zij is veel belangrijker voor hem dan ik! Wat een gemiste kans voor de verpleegkundigen zelf ook!

7 - Wie vind je een voorbeeld binnen Arkin in zijn of haar handelen naar naastbetrokkenen?

Tom van Doesburg, is hier binnen gekomen als een soort van assistent-verzorgende. Hij kijkt echt naar mensen en betreft familie geweldig bij de zorg. Hij heeft er geen opleiding in gevolgd, maar hij zet gewoon zijn menselijkheid in en weet mensen dan heel goed te bereiken. Dan zie je ook weer dat het vooral gaat om je houding en niet om de regeltjes die je geleerd hebt

8 - Ken je uit je privésituatie naastbetrokkenen of ben je zelf misschien naastbetrokkene?

Nee ik gelukkig niet. Maar mijn moeder, die ook verpleegkundige is, is inmiddels wel in haar vrije tijd gastouder geworden. Een keer in de twee weken haalt ze een dame uit de verstandelijk gehandicaptenzorg op en gaat zij leuke dingen doen met deze dame. Zo is zij wel één van de naastbetrokkenen van deze dame geworden.

9 - Waar zou jij het meest behoefte aan hebben in die rol van naastbetrokkenen?

Dat ik met respect behandeld zou voelen. Dat ik me welkom voel, dat ik gezien word, dat ik geïnformeerd word, en dan niet alleen als ik nodig ben. Niet alleen: 'hij is weg kun jij komen helpen zoeken', maar ook: 'We zijn goed op weg, dat wilde ik je even laten weten'. Als die houding en dat gesprek er oprecht is, komt de rest volgens mij vanzelf.

DE OMGEVING

September 2013 jaargang 10 nummer 2

10 - Heb je nog tips?

Wat mijzelf altijd helpt is dat ik me probeer te verplaatsen in de familie. Ook als je ingewikkelde afwegingen moet maken als verpleegkundige. Vraag je eens af wat je zou doen of zou wensen als die cliënt jouw broer was? Niet dat dat de doorslag geeft, maar het helpt je wel een bredere, beter gefundeerde afweging maken. Wat wij ook doen hier is echt contact leggen met de buurt middels een aantal projecten. Zo ontstaat ook weer contact en ontstaan er dus banden en vriendschappen met cliënten. We hebben elke zondag een maaltijd, gekookt door een cliënt, waar familie en buurtgenoten zich voor mogen opgeven. We hielden vroeger ook wel echte familieavonden. Die raad ik vooral aan als je afdeling nu nog niet zoveel doet met familie als wij. Dan kan het helpen om familie bij elkaar te brengen, voor te lichten. Daar moet je het echter niet bij laten. Uiteindelijk gaat het erom dat je familie en dierbaren altijd betreft, in alle fasen van het proces, zo vroeg en lang mogelijk. En het belangrijkste is dus: ga het gewoon doen. Begin er van-

daag mee! Het valt mee en iedereen plukt er de vruchten van.

11 - Aan wie geef jij het estafette-stokje graag over?

Nancy Langman. Zij heeft hier als leerling gewerkt en werkt nu als leerling op Mentrum Kliniek 1ste Constantijn Huygensstraat. En ik ben benieuwd wat zij ziet en vindt en hoe ze deze vragen zou beantwoorden.

12 heb je één specifieke vraag die je aan die persoon gesteld wilt hebben?

Ik zou wel willen weten of zij verschil ziet in het welzijn van de cliënt wanneer je wel of geen/ minder naasten betreft bij de zorg. Ik denk dat wij hier veel meer met familie werken dan zij daar. Maar misschien is dat niet zo? Dat hoor ik allemaal graag.

Centrum voor Relationale Therapie

Voor relatie- en gezinstherapie en consultatie

Door diverse omstandigheden in het leven kunnen relaties onder druk komen te staan. Er kunnen dan problemen ontstaan waar mensen zelf niet meer uitkomen. Relatie- of gezinstherapie biedt uitkomst bij ernstige conflicten of bij lichamelijke en psychiatrische ziekten, gedragsproblemen of verslavingen van één van de partners of kinderen. Ook kan deze therapie helpen wanneer het gezin complexe aanpassingen moet maken, bijvoorbeeld bij rouw of samengestelde gezinnen. Na de aanmelding worden de betrokken personen uitgenodigd om met elkaar te kijken welke problemen ieder ervaart. Na deze kennismaking wordt gezamenlijk gekeken naar wenselijke veranderingen en een goede manier voor de betrokken personen om deze veranderingen te realiseren.

Informatie en contact

Voor meer informatie of aanmelding kunt u contact opnemen met het Centrum voor Relationale Therapie via 020-5904000 (dinsdag t/m vrijdag) of via systeemtherapie@mentrum.nl. Het Centrum voor Relationale Therapie heeft drie behandellocaties:
2e Constantijn Huygensstraat 39, 1054 CP Amsterdam
Jan Thoméepad 5, 1034 ZP Amsterdam
Gezondheidscentrum Haveneiland, IJburglaan 727, 1086 CH Amsterdam

Belangrijke adressen

Naastbetrokkenenraad Arkin

Behartigt de collectieve belangen van naastbetrokkenen van mensen die in zorg zijn bij Arkin. Telefonisch spreekuur op donderdag middag van 13.00–16.00 uur.

Tel: 020-590 40 95 naastbetrokkenenraad@arkin.nl

Clëntenraad Arkin

De cliëntenraad van Arkin is een medezeggenschapsorgaan en behartigt de belangen van cliënten die in zorg zijn bij Arkin. Klaprozenweg 111 Tel: 020-590 44 54 (ma t/m do 10.00 - 16.00 uur) clienraad@arkin.nl

Bureau Aanmelding en advies

Ondermeer voor informatie over de GGZ en het behandelaanbod binnen Arkin. Tel: 020-590 5555 info@aanmeldingenadvies.nl

PuntP preventie/Jellinek preventie

(onderdeel van Arkin) Voor advies en cursussen voor familie en bekenden van mensen met psychische problemen en/of verslavingsproblemen. Informatie over de cursussen vindt u op: www.puntp.nl/preventie/familie

Tel: 020-590 13 30, vraagt u naar Netty van Ham of Mariette de Brouwer Email: preventie@puntp.nl

Familievertrouwenspersonen Geestelijke Gezondheidszorg

Komt u er met de hulpverlening niet uit?

Neem dan contact op met de Familie Vertrouwenspersoon:

Kees Kooij tel: 06-11 300 762 kees.kooij@arkin.nl

Olga Gorbatsjewa tel: 06-11 05 31 78

olga.gorbatsjewa@arkin.nl

Ypsilon Amsterdam en Omstreken

Voor familie en naastbetrokkenen van mensen met schizofrenie of psychose. Maandag-, dinsdag- en donderdagmiddag: 13 tot 16 uur. Tel: 020 470 04 74

www.ypsilon-amsterdam.nl ypsadam@ypsilon.org

Markant, Centrum voor Mantelzorg

(voor Amsterdam en Diemen)

Verzorgt mantelzorgondersteuning via de Loketten Zorg en Samenleven in diverse stadsdelen en via het Centraal Servicepunt in Diemen. Ook om mantelzorgers even respijt te geven. Tel. 020 - 886 88 00 info@markant.org www.markant.org

Labyrint in Perspectief

Voor familie en naastbetrokkenen van mensen met psychische problemen. Telefoon (030) 254 68 03 ma. t/m vr. van 10.00 - 12.30 uur en daarnaast, voor zover mogelijk, ook 's middags. www.labyrint-in-perspectief.nl secretariaat@labyrint-in-perspectief.nl

Jellinek

De Jellinek is een instelling voor verslavingszorg en -preventie in Amsterdam en de Gooi- en Vechtstreek. Zij biedt tevens familietherapie CRAFT, persoonlijke adviesgesprekken, telefonisch advies en cursussen aan familieleden.

Tel: 020-5901669 www.jellinek.nl

Alcohol infolijn

Tel: 0900-5002021 www.alcoholinfo.nl

Drugs infolijn

Tel: 0900-1995 www.drugslinfo.nl

De Alcohol-en drugs Infolijn geeft betrouwbare informatie over alcohol- en drugsgebruik. Voor uzelf of omdat u zich zorgen maakt over iemand anders.

Stichting Coke van Jou

Stichting Coke van Jou is een landelijk steunpunt en kenniscentrum voor partners, familie en vrienden van verslaafden. Zij biedt ondersteuning aan mensen die problemen ondervinden van het leven met een verslaafde.

Tel: 020-67 03 530 www.cokevanjou.nl

Al-anon, Ala-teen, Al-Anon ACA

Tel: 06-10 27 13 39 www.al-anon.nl

Nar-anon

Tel: 030-63 77 801 / 06-42 12 45 69 www.nar-anon.nl

De Al-Anon zelfhulpgroepen zijn voor naasten van mensen met een alcoholprobleem. Alateen is voor kinderen in tienerleeftijd, en Al-anon ACA is voor volwassen kinderen. Nar-Anon Familie Groep is er voor hen die door het verslavingsprobleem van een ander te lijden hebben.

De Regenbooggroep

De Regenboog Groep zet zich in voor mensen met sociale problemen, voor dak- en thuislozen en verslaafden en voor mensen met psychiatrische klachten.

De afdeling Partner en Familie Ondersteuning is er speciaal voor de familieleden.

Tel: 020 - 53 17 618 www.deregenboog.org

Crisisdienst Arkin:

020 - 59 08 800 (Oost/ Zuid-Oost/Diemen)

020 - 52 35 433 (Centrum/ Oud-West)

020 - 59 05 444 (Noord).

Buiten kantooruren en weekend:

Spoedeisende Psychiatrie Amsterdam (SPA)

020 - 52 35 433