

Groepsdynamica: Sociaal in Beweging

Maastricht, Zuid-Limburg
Stichting Griend360° en Griend3, Praktijk voor Psychiatrie

Resultaten implementatievouchers

Onderdeel 1: Doel van het project

Het opleiden van ervaringsdeskundigen in groepsdynamica om duurzame leefstijlverandering en sociale cohesie te versterken binnen en buiten de GGZ.



- Ontwikkeling van het preventie- en herstelteam
- Selectie van 7 ervaringsdeskundigen
- Organisatie van een 2-daagse opleiding groepsdynamica
- Inbedding binnen het MAPS-model en stadia van gedragsverandering

- Training groepsdynamica door gespecialiseerde opleider

- Toepassen van groepsdynamische kennis in praktijk
- Ontwikkeling van leefstijlworkshops (voeding, beweging, slaap, sociale cohesie)

- ✓ Realisatie van 4 workshops
- ✓ Start ontwikkeling van 2 aanvullende workshops

- ✓ Versterkte sociale cohesie en groepsveiligheid
- ✓ Betere implementatie van leefstijlverandering in het dagelijks leven
- ✓ Toepassing van groepsdynamica breder binnen behandel- en veranderfasen (MAPS)

Onderdeel 2: Wat merken patiënten ervan?

Voelt meer betrokken

- ✓ Meer gevoel van verbondenheid en veiligheid
- ✓ Grotere motivatie om leefstijl te veranderen
- ✓ Met, voor en door elkaar in plaats van aanbod vanuit een instelling
- ✓ Patronen worden beter herkend wat zorg voor minder triggers

Beter verwezen

- ✓ Betere toepassing van vaardigheden buiten therapie
- ✓ Meer inzicht in eigen gedrag binnen sociale context

Leefstijlgesprek gehad

- ✓ Middels het Monitoring Area and Phase System krijgen ze een beter inzicht in welk stadium van verandering ze staan en wat er nodig is om het doel te bereiken

“

Door de groep voel ik me gesteund om gezonder en natuurlijker te leven. Ik vind in hen soortgenoten.

”

Onderdeel 3.1: Wat is er veranderd in de zorg?

Vóór het project

- Leefstijlinterventies bleven vaak theoretisch
- Moeite met toepassen in dagelijks leven
- Beperkte sociale borging

Ná het project

- ✓ Actieve toepassing van leefstijl in groepsverband
- ✓ Sterkere brug tussen behandeling en dagelijks functioneren
- ✓ Meer focus op sociale gezondheid en preventie
- ✓ Er vormt zich een oefenplek, speelruimte, om de interventies van de behandeling uit te proberen in een veilige setting

“

De stap van therapie naar het echte leven is kleiner geworden.

”

Onderdeel 3.2: Wat is er veranderd in de zorg?

Hoe ziet de samenwerking (keten) eruit?

- ☐ Deelnemers komen binnen via het sociale (buurt)netwerk of als cliënt binnen Griend3
- ☐ In een eerste gesprek krijgen ze inzicht in hun veranderdoel (MAPS)
- ☐ Ze nemen deel aan die workshops/activiteiten die aansluiten op hun leefstijlinterventie
- ☐ Bevindingen worden teruggekoppeld aan hoofdbehandelaar (mits cliënt)
- ☐ Na activiteiten-cyclus check-in moment of de leefstijlverandering behaald is.

Wat heeft de samenwerking opgeleverd

- ✓ Betere afstemming tussen hulpverleners en leden van het preventie-team
- ✓ Integratie van ervaringskennis en professionele kennis
- ✓ Geresulteerd in 'Vlechtwerkers': gestabiliseerde ervaringsdeskundigen met bijscholing in gezond welzijn als de bindende factor

“

De samenwerking tussen ervaringsdeskundigen en zorgprofessionals is zichtbaar versterkt.

”

Onderdeel 4: Welke stappen hebben jullie gezet (methode)?

Hoe hebben jullie het project aangepakt?

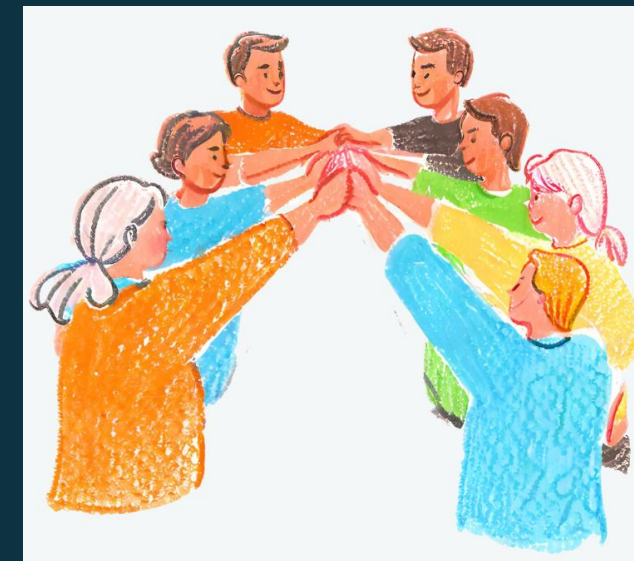
Aanpak (kort):

Combinatie van groepsdynamica, ervaringsdeskundigheid en leefstijlinterventies binnen het MAPS-model en stadia van gedragsverandering.

Stappen:

- ☐ Opleiden van 7 ervaringsdeskundigen in groepsdynamica
- ☐ Ontwikkelen van workshops vanuit leefstijlthema's
- ☐ Toepassen in praktijk (4 gerealiseerd)
- ☐ Doorontwikkeling (2 workshops in voorbereiding)
- ☐ Integratie in bredere behandel- en veranderfasen (MAPS)

“



”

Onderdeel 5: Wat werkte goed – en wat minder?

Barrières

- Moeite met vertaling van therapie naar praktijk (initieel)
- Opbouw van een stabiele groep kost tijd
- Taalbarrière



Succesfactoren

- Inzet van ervaringsdeskundigen (vlechtwerkers), die **in duo's** werken
- Focus op groepsdynamica en sociale veiligheid
- Praktische en laagdrempelige workshops
- Koppeling aan gedragsverandering (MAPS)



Neveneffecten

- Versterking van sociaal netwerk
- Meer zelfvertrouwen en redzaamheid
- Grotere betrokkenheid van deelnemers en netwerk
- Het opzetten van een primaire groep creëerde een piramide-effect



Onderdeel 4: De impact in cijfers



Aantal
patiënten
bereikt:

23



Aantal
zorgverleners
getraind

7



Aantal consulten
waarvan leefstijl
'vast' onderdeel is

15



Aantal interne
verwijzingen van
praktijk Griend3 naar
preventie-team
Griend360°

19

Opvallend resultaat

Vrijwel alle deelnemers
sluiten aan vanwege
gebrek aan (sociale)
aansluiting, allen
vinden hun plek en een
thuis binnen de
activiteiten.

Onderdeel 6: Hoe gaat het nu verder?

Wat is geborgd?

- Groepsdynamische aanpak binnen preventie-team
- Integratie in MAPS en stadia van verandering
- Kennis van skills en vaardigheden in de Vlechtwerker



Wordt het uitgebreid?

Ja, uitbreiding van workshops en deelnemersgroepen.

En, doorontwikkeling van kennis!

Naar de toekomst toe:

- ✓ Verdere opschaling
- ✓ Onderbouwing richting zorgverzekeraar
- ✓ Structurele financiering van preventie-uren



Wie blijft verantwoordelijk?

Preventie- en herstelteam Griend3:
Stichting Griend360°

