

M e n

t a

a a

L o

k a a l



Destigmatiseren:
Verminderen van
negatieve vooroordelen
die gekoppeld zijn aan
psychische problematiek.

Demedicaliseren:
Terugdringen dat
normale menselijke
problemen
gemedicaliseerd worden.

Dereguleren:
Vergroten van de eigen
regie van de populatie.

Introductie – Een nieuwe bodem

De organisatie van de GGZ kent diverse grote uitdagingen. Met Mentaal Lokaal wordt ingespeeld op een aantal van de actuele uitdagingen, zoals toegankelijkheid, wachttijden, zorgkosten, duur van zorg en efficiëntie. Het uitgangspunt is dat fundamentele voorwaarden voor een mentaal gezond leven, zoals het voldoende ervaren van autonomie en het ervaren van een veilige sociale inbedding, ingelijfd behoren te zijn in de organisatievorm van de zorg. Zodra dit ontbreekt, verliest de organisatievorm aan effectiviteit en zullen behandelaren en degene die behandeld worden om de ineffectieve organisatievormen heen moeten werken, wat ten kosten gaat van zowel efficiëntie als resultaten.

Daarom willen we niet alleen kijken naar de wijze waarop een behandelde de zorg beleeft, maar ook naar de wijze waarop een behandelaar dat doet. Het is onmogelijk een organisatievorm af te dwingen die haaks staat op de mentale gezondheid van de werknemers, terwijl tegelijkertijd mensen worden behandeld en getraind om mentaal gezonder te worden.

We maken een onderscheid tussen educatie en programma's. De educatie is een gekozen kader die als onderlegger van de programma's dient. De educatie

moet hiermee los verkregen en begrepen kunnen worden en moet helpen om programma's doelgerichter te kunnen uitvoeren. De educatie zal hiervoor gericht zijn op algemene werkingsmechanismen en zal steeds up-to-date worden gebracht. Hiermee moet wetenschappelijke kennis sneller beschikbaar worden voor iedereen. De kennis zal dus niet afhankelijk zijn van de implementatie van behandelprogramma's. Ook de taak om de kennis over werkingsmechanismen up-to-date te houden, zal binnen Mentaal Lokaal vallen.

De programma's sluiten aan op deze werkingsmechanismen en zullen daarmee gericht zijn op algemene vaardigheden. Deze vaardigheden zijn zowel preventief als curatief in te zetten. Dat wil zeggen dat er geen onderscheid bestaat in de benodigde vaardigheden om problemen of klachten te voorkomen. Hiermee zal een grensvervaging optreden tussen preventie, *cure* en *care*. Ook vervaagt de betekenis van *in* dan wel *uit* zorg zijn.

Dit vraagt om een andere manier van financiering. Deze financiering wordt gezocht in de vorm van populatiebesteding. Om kostenefficiënt te werk te gaan, preventief te kunnen handelen, vrijheid te behouden

in de te leveren zorg en administratielast te verminderen, wordt vastgehouden aan het idee achter populatiemanagement.

Om van start te gaan richten we ons op de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) in en om de huisartsenpraktijk. Het voorstel is een bekostiging vanuit een 100% modulerend voor POH-GGZ (ZVW) aangevuld met preventiebudget (WMO). De populatie wordt gevormd door alle personen die zijn ingeschreven bij de huisartsen. Dit moet een jaarbudget met zich meebrengen waartegenover een dienstenpakket staat. Het dienstenpakket zal in eerste instantie bestaan uit educatie en begeleiding op de ontwikkeling van de algemene vaardigheden. Op deze manier ontstaat een taak voor de hulpverleners in en om de huisartsenpraktijk om mentale gezondheid lokaal een goede bodem te geven.

In deze bundel zijn de kerngedachten samengevat. Vanuit deze gedachten kan gezamenlijk een start worden gemaakt om een lokale, integrale aanpak te realiseren. Een lokale aanpak die landelijk kan worden uitgebreid.

*Door Remco van Gaalen,
Psycholoog en projectleider bij
Indigo, Parnassia Groep*

Vrije en blijvende toegang tot kwalitatieve kennis en middelen voor iedereen

Mentaal Lokaal is een initiatief om op lokale schaal de geestelijke gezondheidszorg (GGZ) beter toegankelijk te maken. Er wordt blijvend nagedacht over de manier waarop kennis en middelen toegankelijk zijn dan wel opgesloten liggen en de voorwaarden waaronder

deze beschikbaar worden gesteld. Mentaal Lokaal zal een vernieuwde vorm bieden waarop kennis en middelen in de basis blijvend beschikbaar zijn. Dit vraagt echter om een omvorming (van de accenten) op zowel inhoudelijk als organisatorisch vlak.

Het gebruik van neutrale termen verandert de algemene kijk op psychische problematiek.

Werken aan mentale gezondheid wordt werken aan de *afstemming*.



Om te spreken over mentale gezondheid staat de *afstemming* tussen de *binnenwereld* en de *buitenwereld* centraal.

Daarmee worden nieuwe handvatten geboden voor individuen en organisaties om elkaar te vinden.

Om de afstemming tussen de binnen- en de buitenwereld inzichtelijk te maken, wordt vertrokken vanuit een selectie kernbegrippen waarin de basisrelatie tussen een individu

en zijn of haar omgeving eenvoudig begrepen kan worden. Dit levert een basisdynamiek op waarmee het denken in stoornissen losgelaten kan worden.

Zelfregulatie

Sociale Interactie

Routine & Structuur

Veiligheid & Zekerheid

Ik ben:

Dynamiek:

Omgeving is:

Bedachtzaam
of
Onbedachtzaam

—

Beheersing
en
Impulsiviteit

—

Duidelijk
of
Onduidelijk

Machtig
of
Machteloos

—

Controle
en
Loslaten

—

Bepalend
of
Onbepalend

Geordend
of
Ongeordend

—

Voorspelbaarheid
en
Onvoorspelbaarheid

—

Constant
of
Wisselend

Moedig
of
Angstig

—

Vertrouwen
en
Wantrouwen

—

Veilig
of
Onveilig

Drie spanningsbogen worden geïntroduceerd om te weten waar en waardoor de afstemming tussen de binnenwereld en de buitenwereld uitgedaagd wordt, hoe daar aan

gewerkt kan worden en of de hulp van anderen daarbij nodig is. Het leren omgaan met deze spanningsbogen versterkt de mentale wendbaarheid en weerbaarheid.

Tijd

Verleden — Heden — Toekomst

Ruimte

Speling — Mobiliteit — Plek

Invloed

Ik — Wij — Ander

De basisdynamiek wordt vertaald naar vier werkvelden. Hiermee wordt een raamwerk

Zelfregulatie

Routine &
Structuur

geïntroduceerd waarmee programma's eenvoudig afgestemd kunnen worden op de lokale behoeften.

Sociale
Interactie

Veiligheid &
Zekerheid

Toegang tot kennis
≠
afhankelijk van
de toegang tot
programma's

Toegang tot
programma's
≠
afhankelijk van
een diagnose

Inherent – Studio for form
Pelgrimsstraat 5b-3
3029 BH Rotterdam

contact@studioinherent.com
www.studioinherent.com

Remco van Gaalen
Psycholoog & projectleider
Indigo, Parnassia Groep

remco.vangaalen@indigohaaglanden.nl

© november 2018

