

## Samen Deskundig

### Cliënten in dialoog met hulpverleners

#### Samen Deskundig

Samen Deskundig is een cursus van tien bijeenkomsten voor mensen met psychiatrische problematiek die meer met hun eigen ervaring willen doen, hun verhaal willen ontdekken en vertellen en willen leren hoe ze dat op een goede manier kunnen doen.

In de zorg voor mensen met psychiatrisch problematiek zit vaak een wereld van verschil tussen het aanbod van de hulpverlening en de behoefte van de cliënt. In deze cursus leren cliënten daar in een brug te slaan. Het goed kunnen overdragen van eigen ervaring en verhaal is daarin essentieel.

#### Programma

Samen Deskundig is ontwikkeld door mensen die zelf ervaring hebben met psychiatrische problematiek binnen het Steunpunt GGZ Utrecht en wordt gegeven door ervaren trainers. In de cursus werken cursisten aan vaardigheden zoals spreken in het openbaar over de eigen ervaring en het bewaken van grenzen. Daarnaast leert de cursist over begrippen als empowerment en herstel en de betekenis van ervaringsdeskundigheid.

Er wordt gewerkt in een groep van ongeveer 10 deelnemers die allen ervaring hebben met psychiatrische problemen. Het ontwikkelen van gedeelde ervaringskennis, onderlinge ondersteuning en het geven van feedback zijn belangrijke middelen om de doelen te bereiken.

#### Wat steekt u op van de cursus?

Cursisten brengen hun eigen ervaring op een hoger niveau van 'ervaringskennis', door het vertellen van hun eigen ervaringen, door feedback te krijgen op presentatie van hun verhaal en door kennis nemen van de ervaringen van anderen. Zij zetten de eerste stap naar ervaringsdeskundigheid door te leren ervaring en kennis in te zetten in dialoog met hun sociale omgeving. Dat kan zijn in eigen kleine kring, tegenover direct betrokkenen zoals burens of familieleden, maar ook in de hulpverlening tegenover hulpverleners of in cursussituaties tegenover studenten. Cursisten leren niet te blijven steken in het verleden, maar de uitdagingen van het hier en nu aan te gaan.

Cursisten die de cursus succesvol afsluiten, krijgen na afloop de gelegenheid om toe te treden tot de pool van ervaringsdeskundigen waarmee Steunpunt GGZ cursussen, cursussen en voorlichtingen geeft in de psychiatrie, bij de overheid en in opleidingen.

- *"Ik heb geleerd dat ik niet de enige ben die worstelt met ziekte en herstel en dat ik meer kan dan dat ik zelf vaak denk. (...) Ik heb in deze cursus nieuwe inzichten gekregen o.a. hoe anderen met hun problematiek omgaan".*
- *"Ik heb Ingezien dat ik trots kan zijn op mijzelf. Daar wilde ik niet aan. En er zit nog veel meer in".*
- *"Ik wil presentaties geven aan beginnende hulpverleners en studenten, bijvoorbeeld over hoe je om moet gaan met mensen die aan leven een einde willen maken. Die worden vaak veroordeeld zonder dat men zich afvraagt hoe zwaar het lijden was".*

- *“Ik zou mensen willen vertellen dat er hoop is voor iedereen ook al zie je of voel je dit niet meteen.”*

Veel cursisten kiezen na deelname aan de cursus voor een vervolgtraject bijvoorbeeld een aansluitende beroepsopleiding of groeien naar een functie als ervaringswerker.

### **Open inschrijving en in-company**

Er worden jaarlijks diverse cursussen georganiseerd met open inschrijving, voor iedereen die met zijn /haar rol als ervaringsdeskundige aan de slag wil. Voordat u wordt toegelaten tot de cursus voeren wij eerst een gesprek waarin met u wordt besproken wat wij van u verwachten als cursist.

Het Steunpunt GGZ biedt de cursus ook in-company aan, in de regel in instellingen waar mensen met psychiatrisch problematiek begeleiding of ondersteuning krijgen. Daar geven we de cursus dichtbij de werkvloer en is erop gericht om de ervaringsdeskundigen een actieve rol te laten spelen binnen de instelling. Na de cursus wordt dit begeleid met een omschreven aantal follow-up bijeenkomsten.

### **Praktische informatie**

De open inschrijving-cursus wordt gehouden bij het Steunpunt GGZ Utrecht in Utrecht. Onze locatie is zowel per trein/bus als per auto (wel betaald parkeren) goed bereikbaar.

De cursus bestaat uit 10 dagdelen van tweeënehalf uur, met steeds twee weken tussen de bijeenkomsten. De kosten bedragen € 670,-- per persoon. Wij zoeken samen met u naar mogelijkheden om deze kosten te dekken. Voor een beperkt aantal cursisten zijn gesubsidieerde plekken beschikbaar.

Er wordt van de cursisten voor iedere bijeenkomst voorbereidingstijd gevraagd voor het maken van opdrachten en voor het lezen van de literatuur die wordt opgegeven. Cursisten krijgen daarvoor een reader/cursusboek uitgereikt.

Deelnemers die de cursus volgen ontvangen na afloop, bij voldoende participatie en aanwezigheid, een certificaat.

Inschrijving: bij voorkeur per mail door middel van het insturen van het bijgevoegde aanmeldingsformulier. Plaatsing is in volgorde van aanmelding. Er is in de cursus plaats voor maximaal 12 personen.

Na inschrijving ontvangt u een schriftelijke bevestiging met een routebeschrijving en een afspraak voor een gesprek. Pas na dit gesprek wordt uw inschrijving definitief.

Bij in-company cursus krijgt u een offerte op maat en nemen wij met u eerst uitgebreid uw wensen en behoeften door. Neem daarover contact op met [m.vandorsten@ggzutrecht.nl](mailto:m.vandorsten@ggzutrecht.nl).

### **Meervragen?**

Samen Deskundig maakt deel uit van het opleidingscentrum van het Steunpunt GGZ Utrecht. Bel ons voor meer informatie of bezoek onze website: [www.ggzutrecht.nl](http://www.ggzutrecht.nl).

Kaatstraat 18, 3513 BK Utrecht

T 030 - 236 93 20

W [www.ggzutrecht.nl](http://www.ggzutrecht.nl)

E [m.vandorsten@ggzutrecht.nl](mailto:m.vandorsten@ggzutrecht.nl)