

## Workshop

‘Vertel ik het wel, of vertel ik het niet?’



Openheid geven over je psychische problemen op school, stage of werk

**Imke Herms & Jacomijn Hofstra**

**Lectoraat Rehabilitatie**

share your talent.  
move the world.

# Programma

- **Aanleiding ontwikkeling openheid-instrument**
- **Oefening**
- **Openheid-instrument**
- **Oefening**
- **Evaluatieonderzoek**

# Aanleiding (door)ontwikkeling openheid-instrument

- 1) Veelgehoord dilemma onder jongeren met psychische problemen
- 2) Handelingsverlegenheid bij GGz- en onderwijsprofessionals
- 3) Andere openheid-instrumenten niet geschikt:
  - Gericht op werk i.p.v. op onderwijs
  - Missen aantal belangrijke aspecten (bijv. CORAL; Henderson)
  - Te omvangrijk (bijv. HOP; 103 pagina's; Corrigan)

# Aanleiding (door)ontwikkeling openheid-instrument

4) Positieve resultaten onderzoek naar ondersteuning bij openheid geven:

Mensen die ondersteuning krijgen bij de beslissing om wel of geen openheid te geven (op het werk)....

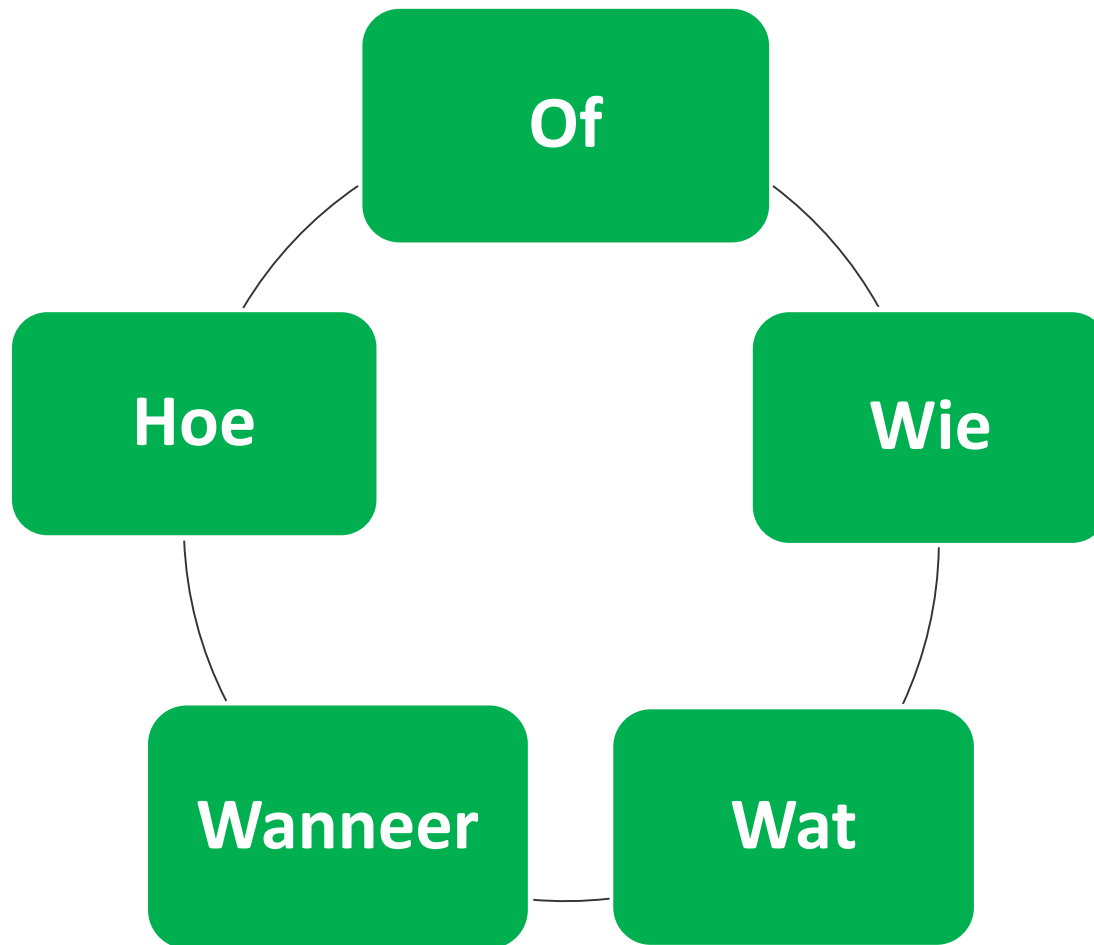
- ervaren minder stigmastress (Rusch et al., 2006),
- minder besluitvormingsconflicten en
- behouden vaker hun betaalde baan (Henderson et al, 2013)

....dan mensen die geen ondersteuning krijgen bij deze beslissing

# Geschiedenis van het openheid-instrument gericht op een onderwijsomgeving

- Eerste versie in 2004 ontwikkeld door Lies Korevaar
- In Europees project (2014-2016) verder ontwikkeld en toegepast in Noorwegen, Portugal en Nederland (kleinschalig onderzoek)
- In project samen met NHL Stenden en Hogeschool van Hall Larenstein door-ontwikkeld, toegepast en grootschaliger geëvalueerd

# 5 aspecten van de vaardigheid openheid geven



# Stille wand-discussie

- Indeling in groepen
- Per groep 2 flip-over vellen: voordelen & nadelen
- Helft van de groep start bij de voordelen; andere helft bij de nadelen

Ronde 1: 5 minuten in stilte discussiëren: schrijf voor- (of nadelen) op; reageer op elkaar; vul aan; voorbeelden? Mee eens? Oneens?

Ronde 2: wissel van flip-over: 5 minuten in stilte discussiëren

Ronde 3: terug naar flip-over waar je mee begonnen bent, bekijk wat is opgeschreven en vul eventueel aan

# Voordelen

- Verkrijgen van aanpassingen
- Beter worden begrepen en geaccepteerd
- Meer emotionele ondersteuning
- Meer interesse, zorg en begeleiding door onderwijzend personeel
- Verkrijgen van bestaande rechten
- Niet worden gezien als een moeilijke student
- Verkrijgen van advies



# Nadelen

- Angst voor:
  - onvoldoende steun
  - Afwijzing
  - Discriminatie
  - Onbegrip bij anderen over de impact van de problematiek
  - Buitensluiting door mede-studenten
- Mensen kunnen zich bedreigd voelen door onwetendheid en persoonlijke ervaringen
- De belasting die je voelt om je beperking/problemen uit te leggen

## Wel of niet vertellen?

**a. Wat zijn de voordelen van het geven van openheid?**

**b. Wat zijn de nadelen van het geven van openheid?**

1.

1.

2.

2.

3.

3.

4.

4.

**c. Vergelijk de voordelen en de nadelen. Welke zijn het belangrijkste voor jou? Rangschik de voordelen en nadelen van het geven van openheid in volgorde van meest belangrijk tot minst belangrijk.**

**d. Heb je een keuze kunnen maken? Vertel je het of vertel je het niet? (Geef ook aan waarom je tot deze keuze bent gekomen)**

## Wel of niet vertellen?

**a. Wat zijn de voordelen van het geven van openheid?**

1. Verkrijgen van advies en hulp

2. Rust door mijn 'geheim' te vertellen

3. Begrip krijgen van docenten

**b. Wat zijn de nadelen van het geven van openheid?**

1. Angst dat ik gezien wordt als probleemgeval, stigma

2. De angst dat de nadruk meer zal liggen op mijn beperking dan op mijn academische capaciteiten

3. Niet meer zelf de eigenaar van mijn verhaal

**c. Vergelijk de voordelen en de nadelen.**

Rust vinden, verkrijgen hulp, advies en begrip, angst gezien te worden als probleemgeval, niet meer zelf de eigenaar

**d. Heb je een keuze kunnen maken? Vertel je het of vertel je het niet?**

Ja, ik denk dat ik het wil gaan vertellen. Ik zie dat de voordelen zwaarder wegen dan de nadelen die ik had opgeschreven.

## Wie vertel je het?

**a. Schrijf de namen van relevante personen op en noteer ook waarom je het aan hen wilt vertellen**

**b. Selecteer de meest relevante persoon (en geef aan waarom)**

## Wanneer vertel je het?

**a. Bedenk op welke momenten of in welke situaties tijdens de opleiding of stage je openheid zou kunnen geven:**

**b. Bedenk onder welke specifieke omstandigheden (zoals de aanwezigheid van anderen/locatie/tijd van de ander) je openheid zou kunnen geven:**

**c. Kies het beste moment/situatie en de meeste geschikte specifieke omstandigheden (en geef aan waarom):**

## Hoe vertel je het?

**a. Hoe ga je je boodschap overbrengen (bv. door middel van een telefoongesprek, een e-mail of persoonlijk contact) en waarom?**

**b. Op welke toon ga je het zeggen (bv. (in)formeel, neutraal, opgewekt, etc.)? Houd hierbij rekening met het doel van je boodschap.**

**c. Hoe bouw je het gesprek op? Wat wordt de structuur van je boodschap?**

# Oefening: Wat vertel je?

- Maak duo's
- De een is de studieloopbaanbegeleider; de ander is de student die openheid geeft
- Lees de rolbeschrijvingen
- Start de oefening

# Oefening: Wat vertel je?

## Nabespreking in duo's

- Hoe verliep het gesprek volgens beide gesprekspartners? Wat ging goed, wat kon beter?
- Wat deed het gesprek met je?
- Welke elementen zou de boodschap van de student 'moeten' bevatten volgens jullie?



# **Wat vertel je?**

## **a. Analyseer de situatie:**

**Ik heb de volgende psychische problemen:**

**Dit uit zich op de volgende manier:**

**Ik heb moeite met (op het gebied van studieprestaties):**

**Maar ik ben goed in:**

**Ik vertel je/u dit, omdat:**

**Wat me zou helpen is:**

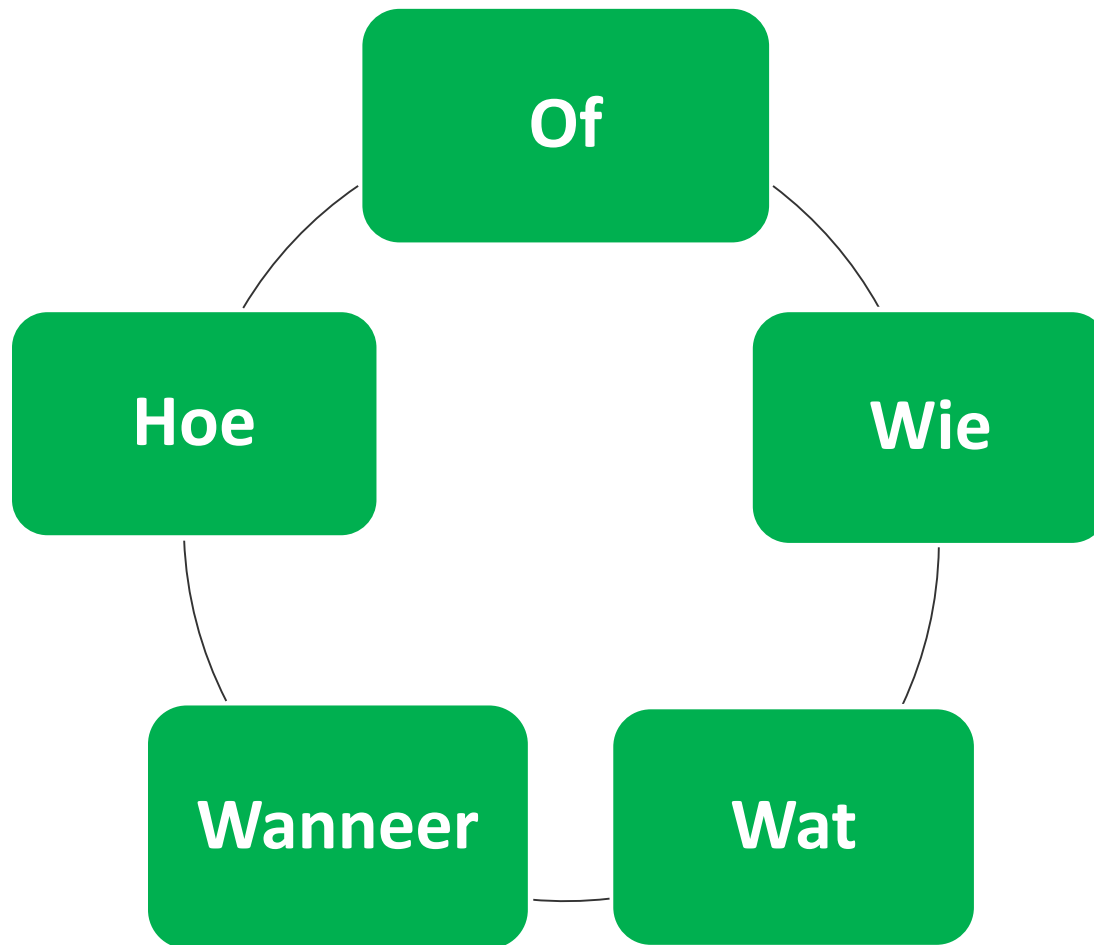
## **b. Bepaal wat je wilt vertellen:**

**Is alles wat je bij A opgeschreven hebt relevant voor de persoon aan wie je openheid wilt geven over je psychische problemen?**

**Wil je alles vertellen of slechts een gedeelte?**

**Schrijf precies op wat je wilt vertellen.**

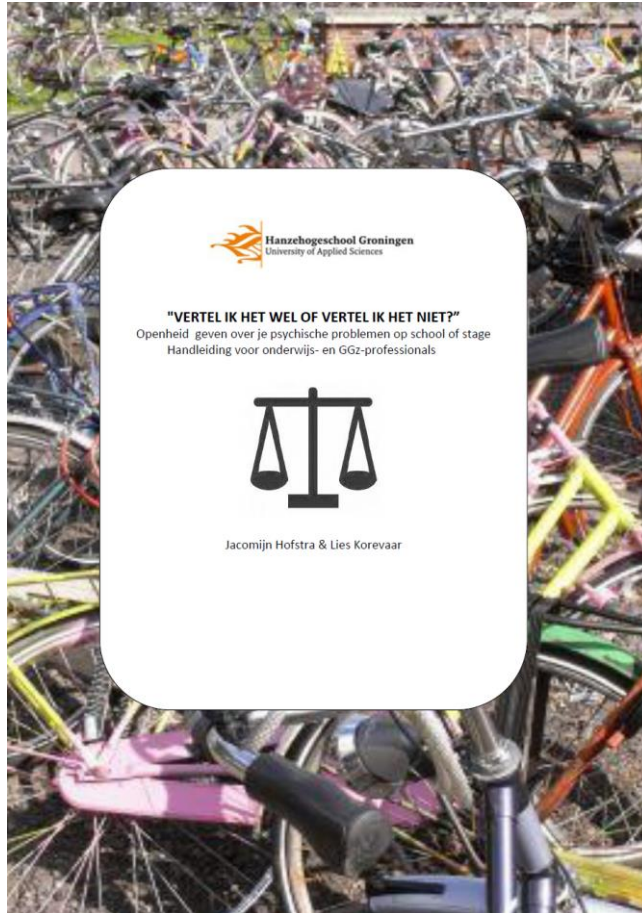
# 5 aspecten van de vaardigheid openheid geven



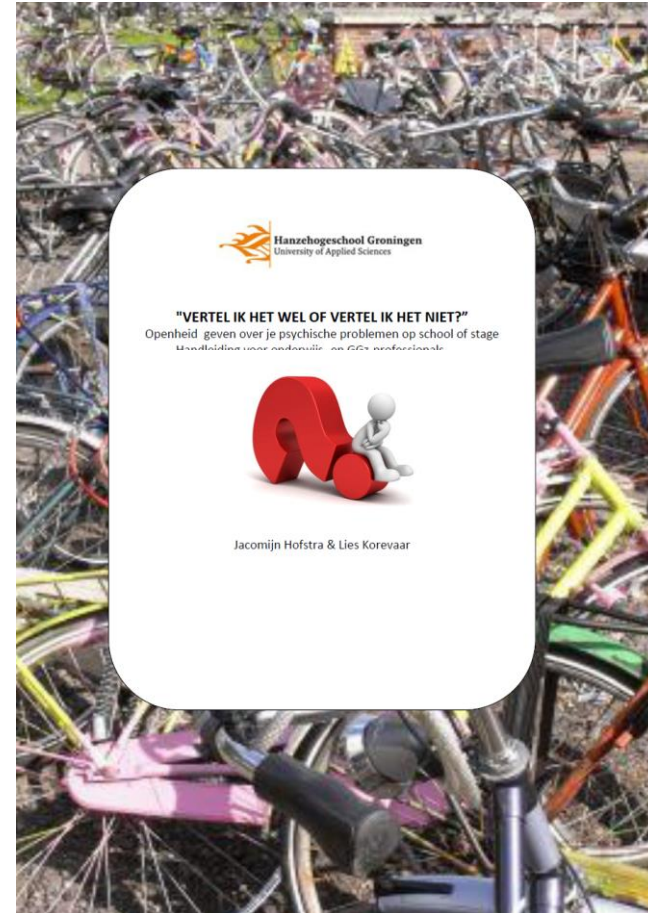
# Project

- Samenwerking lectoraat Rehabilitatie (Hanze) en lectoraat Zorg & Innovatie in de Psychiatrie (NHL Stenden)
- Doel: doorontwikkelen, uitvoeren en evalueren van het 'openheid-instrument', genaamd 'Vertel ik het wel of vertel ik het niet'.
- Looptijd: april 2016 - april 2018

# Eindresultaat



Handleiding voor professionals



Werkboek voor studenten

**share** your talent. **move** the world.

- Gratis te downloaden van:
- [www.begeleiders.nl](http://www.begeleiders.nl)
- Meer informatie?
- [j.hofstra@pl.hanze.nl](mailto:j.hofstra@pl.hanze.nl)



**Hanzehogeschool  
Groningen**

University of Applied Sciences

Academie voor Sociale Studies

Dank voor uw komst  
en graag tot ziens!