



Datum: 6 februari 2024
Kenmerk: 24-010
Contact: Simone Melis E: simone.melis@wijzijnmind.nl ; M 0682828030

Niet de zorgvraag remmen maar tijdig steun bieden bij mentale problemen!

Mentale gezondheid een terechte prioriteit

MIND heeft de opgeleverde regioplannen geanalyseerd en beoordeeld. Alle regio's benoemen dat er op het gebied van mentale gezondheid nodig iets moet gebeuren. Oplopende wachtlijsten, te weinig passende zorg, toenemend psychisch lijden en verwachte sterke afname van personeel vragen inderdaad om actie. MIND is blij dat alle regio's hier plannen voor hebben gemaakt. Wel merken we op dat er grote verschillen zijn in de grondhouding ten opzichte van mentale gezondheidsproblemen. Gaat het om problemen die vanzelf overgaan als je je ervan bewust bent dat het leven geen feestje is, of is het meer en serieuzer dan dat? Het standpunt van MIND hierin behoeft geen betoog. In de basis gaat het erom of het vertrouwen er is dat iemand niet zonder reden om hulp vraagt. We zagen terug in de plannen dat dit verschil in grondhouding voor een groot deel de gekozen oplossingsrichting bepaalt. Tot onze spijt constateerden we ook dat onze achterban helaas onvoldoende meegenomen is bij het maken van de regioplannen. In deze brief delen wij onze observaties en doen wij de oproep tot verbetering van de plannen. We beperken ons hierbij tot datgene waar de focus op moet liggen. We vertrouwen er namelijk op dat alle betrokken partijen bekend zijn met, en gebruikmaken van, de <https://akwaggz.nl/actueel/zorgstandaarden> waarin is vastgelegd wat we in Nederland verstaan onder goede zorg.

Zorgvraag remmen kent risico's

In alle plannen wordt gekeken hoe de zorgvraag ook voor mentale problematiek geremd kan worden. MIND is niet per se tegen de overweging om mensen met een zorgvraag mogelijke antwoorden te bieden die buiten de zorg liggen. Ook wij zijn ons bewust van de huidige en toekomstige krapte. De wijze waarop dit in verschillende regioplannen is uitgewerkt stuit MIND echter tegen de borst. De nadruk die ligt op 'eerst zelf of met je netwerk je problemen oplossen', kan voor veel mensen uit onze achterban schadelijk zijn. Juist binnen onze achterban is het vragen van hulp en ondersteuning helemaal niet zo vanzelfsprekend en zal dit eerder te laat dan te vroeg gebeuren. Met als gevolg veel persoonlijk leed en uiteindelijk duurdere zorg.

MIND staat volledig achter een publiekscampagne die als doel heeft om mentale problematiek bespreekbaar te maken. Dit in tegenstelling tot een publiekscampagne die mentale problematiek normaliseert met als achterliggend idee dat mensen minder snel om

hulp moeten vragen. Hier is MIND fel op tegen. Psychisch lijden wordt hiermee namelijk gebagatelliseerd tot iets wat bij het leven hoort en kan ertoe leiden dat de ervaren drempel om hulp te vragen onnodig hoog wordt.

Inspirerend Voorbeeld 1: Twente

“We streven naar laagdrempelige steunpunten, waar iedere inwoner in heel Twente toegang tot heeft. Deze betere toegankelijkheid tot zorg en welzijn kan leiden tot snellere interventie en behandeling van psychische problemen. Daarnaast kan de aanwezigheid van zichtbare mentale gezondheidscentra het stigma rondom geestelijke gezondheidsproblemen verminderen, waardoor inwoners zich comfortabeler voelen om hulp te zoeken en open en eerlijk te zijn over hun mentale welzijn. Dit bevordert ook het herstel.”

(Bron: Regioplan Twente blz. 43)

Ga tijdig in gesprek, wacht niet af

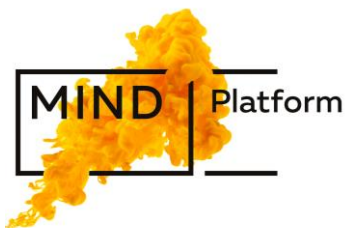
Veel psychisch leed en uiteindelijk duurdere zorg kan voorkomen worden door tijdig en laagdrempelig aan te sluiten bij de hulpvraag van mensen. Zie het als een uitgestoken hand die je opvangt als je gaat wiebelen en niet wacht tot je daadwerkelijk valt en van de grond opgeraapt moet worden. En waarbij dan niet alleen jij, maar vaak ook je steunpilaren vervolgschade opgelopen hebben.

We benadrukken daarbij dat alcohol- en middelengebruik en verschillende vormen van eetproblematiek niet altijd te duiden zijn als ‘lifestyleproblemen’ waar mensen in gecoacht moeten worden. Het kan een signaal zijn van ernstige onderliggende problematiek.

MIND roept daarom op om niet af te wachten maar tijdig in gesprek te gaan met de betrokkene om de hulpvraag scherp te krijgen. Het volgende kan daarbij aan bod komen:

- Waar ligt de behoefte? Waarin loopt iemand vast?
- Wat kan iemand zelf?
- Is er iemand in de omgeving die iets zou kunnen betekenen?
- Wat is er aanvullend nodig en wie daarvoor de aangewezen partij is binnen de regio?

Dit is wat MIND verstaat onder eigen regie van een cliënt of patiënt. Kijk daarbij ook naar de zorg- en ondersteuningsbehoefte van de directe omgeving, zoals familie en naasten. Zorg voor mantelzorgondersteuning en maak actief plannen voor het bouwen van een stevige gemeenschap die in staat is mensen op te vangen. Wacht niet af, maar ga juist zo vroeg



mogelijk in gesprek. Wees proactief en beschikbaar. Zorg dat er keuzemogelijkheden zijn. De in het IZA genoemde laagdrempelige steunpunten, zoals zelfregie en herstelinitiatieven die voldoen aan de gezamenlijk vastgestelde kenmerken² kunnen hier een belangrijke rol in vervullen. Gebiedsgerichte financiering kan een goede mogelijkheid zijn om integrale zorg en ondersteuning vorm te geven in een regio.

Inspirerend Voorbeeld 2: Noord Veluwe en Zeewolde

In de regio werken inwoners, gemeenten, zorg- woon- en welzijnsorganisaties samen aan het realiseren van de beweging op basis van de visie 'samenredzame gemeenschap'.

Er is samenwerking nodig tussen alle organisaties in de regio én de lokale gemeenschap. Het gebeurt door en voor de inwoners. De rol van de professional wordt meer die van verbinder, losmaker, mogelijkmaker, gatenvuller, ondersteuner. Het gaat er niet om als professional inwoners te betrekken, maar om bij inwoners betrokken te raken.

(Bron: Regioplan Noord Veluwe en Zeewolde blz. 21)

Digitalisering is niet dé oplossing

Digitalisering wordt gezien als een oplossing voor de arbeidskrapte en de stijgende zorgkosten. Vrijwel alle regio's hebben hier dan ook plannen voor ontwikkeld. Digitalisering kan een bijdrage leveren aan laagdrempelig beschikbare zorg en ondersteuning. Voor MIND is het essentieel dat een cliënt zelf bepaalt of digitale hulp voor hem/haar geschikt is. Daarnaast ziet MIND een risico in de aanname dat digitalisering zorgt voor kostenreductie, wachtlijstreductie en arbeidsbesparing. Digitalisering van het zorgproces mag niet betekenen dat er verder wordt bezuinigd op de ggz en daarmee ten koste gaat van voldoende passende zorg.

Bemoeizorg

Een groep die in de meeste plannen onderbelicht is gebleven, is de groep van mensen die hun problemen niet meer zelf overzien, die zelf geen hulp vragen of deze zelfs weigeren. De mensen met bijvoorbeeld een zware verslaving, ernstige psychiatrische problemen, schulden, eenzaamheid, dak- of thuisloosheid of een combinatie hiervan. In deze gevallen moet de zorg en ondersteuning nog veel actiever aangeboden worden (bemoeizorg).

Inspirerend Voorbeeld 3: Flevoland

“Laten we leren samenwerken. Je hoeft het niet alleen te doen. Ook niet als bestuurder, beleidsmaker of professional. Zoek elkaar echt op. Parkeer je trots en ego zodat je je helder en doelgericht kunt inzetten voor de samenleving. Leer van en met elkaar. Neem de tijd en ga echt met elkaar in gesprek. Leer écht luisteren. Luister níet om direct te reageren of te adviseren. Luister om het perspectief van de ander te ontdekken.”

(Bron: Regioplan Flevoland, blz. 4)

Onze oproep

We zijn ons als MIND ervan bewust dat de regioplannen slechts plannen zijn. Dat er in de volgende fase, waarin op basis van deze plannen werkagenda's ontwikkeld worden, zaken nog nader ingevuld gaan worden. Dat er accenten wellicht nog zullen verschuiven. Juist daarom willen wij als MIND namens onze grote achterban van mensen met psychische problemen en hun naasten een oproep doen:

Ga bij het opstellen en uitvoeren van de werkagenda's echt samenwerken met de mensen voor wie je het in de regio doet. Gebruik hun ervaringskennis. Betrek hen bij het opstellen en uitvoeren van de werkagenda's. Heb aandacht voor wat er nodig is vanuit de leefwereld. En organiseer die proactieve zorg.

Met vriendelijke groet,



Drs. S.M.W.H. Melis MA
Adjunct-directeur - manager beleid/ belangenbehartiging