

# Een Gedeeld Verhaal



# Inhoud

<b>Waarom doen we dit?</b>	<b>3</b>
<b>Algemene werkwijze</b>	<b>4</b>
<b>Levensverhaal</b>	<b>6</b>
<b>Talenten en kwetsbaarheden</b>	<b>8</b>
<b>Normen en waarden</b>	<b>9</b>
<b>Verbinding met anderen</b>	<b>11</b>
<b>Verlieservaringen</b>	<b>13</b>
<b>Waar kun je tegenaan lopen?</b>	<b>15</b>



# Waarom doen we dit?

Het leven bestaat uit een aaneenschakeling van ervaringen zoals het winnen van een sportwedstrijd, het behalen van een diploma, een bijzondere reis maken, een eerste baan, verhuizen, verliefd worden, een nieuwe hobby ontdekken, een relatie beëindigen, een ernstige ziekte krijgen, het overlijden van een dierbare, en meer. Al deze ervaringen dragen bij aan de persoon die je nu bent. Iemand echt leren kennen doe je door deze verhalen met elkaar te delen.

**“Met deze module, Een Gedeeld Verhaal, willen we het gesprek over die andere verhalen juist op gang brengen.”**

De meeste mensen kunnen je wel ongeveer vertellen wat ze hebben meegemaakt in hun leven en kunnen beschrijven hoe dat zich verhoudt tot wie ze zijn. Mensen met een ernstige psychische aandoening zijn dat overzicht soms kwijt of vinden het moeilijk om er een coherent verhaal van te maken. Bovendien kan door ziekte en/of langdurige opname, een stuk identiteit op de achtergrond raken.

Het verhaal over ‘ziekte’ kan de overhand krijgen. Andere verhalen over het leven, die wel heel belangrijk zijn voor wie iemand is, kunnen onderbelicht raken.

Met deze module, Een Gedeeld Verhaal, willen we het gesprek over die andere verhalen juist op gang brengen. Dat kan samen met een naaste, zodat deze kan aanvullen of het verhaal ook vanuit een ander perspectief kan vertellen. Cliënten willen we zo de ruimte geven om terug te kijken naar hun leven tot nu toe, te kijken welke verhalen voor hen belangrijk zijn, en eventueel structuur aan te brengen.

Om te helpen bij het opstarten van het gesprek, hebben we vijf thema’s opgesteld. Deze kunnen helpen om met de cliënt na te denken over welke verhalen iemand over zichzelf wil vertellen en welke belangrijk zijn. In deze handleiding staat per thema beschreven waar je het over kan hebben. De thema’s en vragen zijn een startpunt en bedoeld als inspiratie. Je kunt er ook voor kiezen om het over andere dingen te hebben, of om het helemaal anders aan te pakken. Het belangrijkste is dat er ruimte komt om verhalen te delen.



# Algemene werkwijze

## VOORBEREIDING

- Bespreek met je cliënt dat je graag meer te weten zou willen komen over hem of haar en zijn of haar verhaal.
- Leg uit dat je hierover in gesprek zou willen gaan met als doel om hem/haar beter te leren kennen en om hier samen, in woord en/of beeld, iets over op te schrijven.
- Vraag of de cliënt dat zou willen proberen.
- Vraag of je cliënt het prettig vindt om deze gesprekken samen met een naaste te doen. Dit kan op allerlei manieren. De naaste kan bij ieder gesprek aanwezig zijn of slechts bij een paar gesprekken. De naaste kan ook foto's aanleveren of, als het (beeld-)verhaal af is, worden uitgenodigd om het resultaat te bespreken.

Als de cliënt wil dat een naaste bij (een deel van) de gesprekken aanwezig is, nodig je hem of haar uit en leg je het project uit.

## DE UITGANGSPUNTEN

Er zijn een paar dingen die belangrijk zijn om in je hoofd te houden tijdens het werken aan Een Gedeeld Verhaal, en die ook voor de cliënt en naaste goed zijn om te weten.

- De cliënt beslist wat er in zijn of haar boekje komt.
- Het boekje is van de cliënt, net als het tussenproduct. Hij of zij beslist waar het boekje en de tussentijdse aantekeningen worden bewaard en wie het mag lezen.
- De cliënt houdt de regie en beslist of en op welke manier naasten een rol krijgen.
- Alle besproken informatie is vertrouwelijk. Deze komt niet in het dossier, tenzij de cliënt dat wil.



## DE GESPREKKEN

Als begeleider probeer je een ruimte voor gesprek te creëren die comfortabel is voor de cliënt en jezelf. Dit gaat om wat je bespreekt en de vragen die je stelt, maar ook om hoe en waar je dit doet. Probeer een tijd en plek te vinden die past. Je kan ook verschillende dingen uitproberen om te kijken wat het beste werkt. Een aantal voorbeelden:

- Samen zitten in de kamer van de cliënt
- Samen wandelen
- Samen foto's kijken, muziek luisteren, of dingen opzoeken op internet
- Korte, informele gesprekken tussen andere activiteiten door
- Bezoeken van plekken die belangrijk zijn voor de cliënt
- Schrijf de vragen uit de handleiding op kaartjes en maak er een spel van

## THEMA'S EN VRAGEN

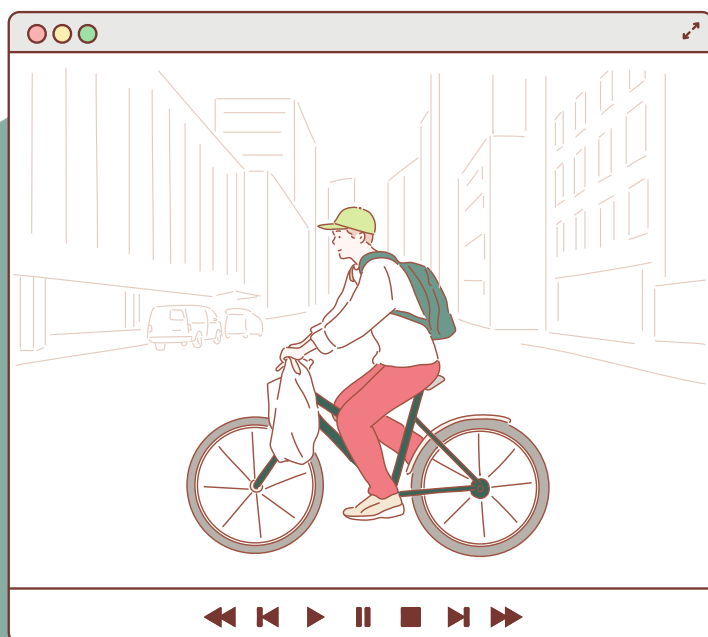
Je kunt voor de gesprekken de themavolgorde uit deze handleiding aanhouden, maar je kunt deze ook aanpassen. Per thema zijn vragen opgesteld die je aan je cliënt kunt stellen. Dit zijn voorbeelden en geen verplichte vragen. Bepaal zelf hoeveel en welke vragen je wilt stellen. Je kunt de thema's ook helemaal loslaten en gewoon kijken wat er in het gesprek opkomt.

## SAMEN SCHRIJVEN

Schrijf aan het eind van ieder gesprek de belangrijkste dingen op. Je kunt dit bewaren in een fysieke map, of digitaal. Vraag of iemand graag foto's, plaatjes, tekeningen, gedichten etc. toe zou willen voegen.

Samenvatten en opschrijven kan lastig zijn. Doe dit samen. Het moet uiteindelijk het verhaal van de cliënt worden, zijn of haar woorden en conclusies. Controleer daarom altijd of de cliënt akkoord is met de tekst of de gekozen beelden. Je kunt het samen ook hebben over welke woorden je gebruikt. Woorden als cliënt, diagnose, aandoening, etc. kun je vervangen door iets anders als dat beter aansluit.

Soms zien mensen de positieve dingen en hun eigen talenten onvoldoende. Probeer deze dan te accentueren.



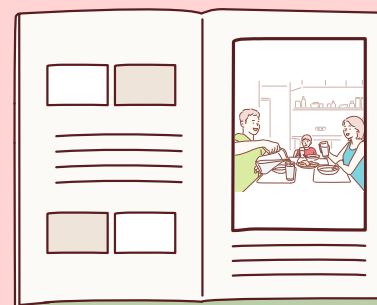
## BEWAREN VAN DE AANTEKENINGEN

De map met aantekeningen is eigendom van de cliënt. Deze kan worden bewaard op de kamer van de cliënt, maar een andere plek is uiteraard ook mogelijk. Bespreek samen wat een goede plek is om deze te bewaren. Als je de aantekeningen digitaal opslaat, bespreek dan met de cliënt hoe en waar, en of de naam van de cliënt erop moet staan of niet.

## HET EINDPRODUCT

Als alle gesprekken gevoerd zijn, beslissen jullie samen wat voor product jullie ervan willen maken. Dat kan een (foto-)boek zijn, maar ook een collage, een filmpje of iets anders. Je kunt er ook voor kiezen om dit niet pas na de gesprekken te doen, maar in elk gesprek al aan het eindproduct verder te werken.

**“Als begeleider probeer je een ruimte voor gesprek te creëren die comfortabel is voor de cliënt en jezelf.”**



## THEMA 1

# Levensverhaal

Het doel bij dit thema is om voor de cliënt een overzicht te maken van belangrijke gebeurtenissen in zijn of haar leven.

### 1. OVERZICHT BELANGRIJKE GEBEURTENISSEN

Vraag naar belangrijke gebeurtenissen, doe dit eventueel per levensfase (jeugd, tienerjaren, etc). Zo krijgen jullie een overzicht van wat er allemaal is gebeurd in het leven van de cliënt, wat kan helpen tijdens de rest van de gesprekken. Als iemand dit lastig vindt, kan je helpen met bijvoorbeeld deze vragen:

- Waar ben je geboren?
- Wie waren je ouders, broers en zussen?
- Wat was de gezinssamenstelling of veranderingen daarin (scheiding ouders, etc.)?
- Kan je iets vertellen over vriendjes en hobby's als kind/jongere?
- Welke scholen/opleidingen heb je gevolgd?
- Kun je iets vertellen over je liefdesleven, partnerrelaties, scheiding, seksuele voorkeur?
- Welk werk/baan heb je gehad?
- Heb je kinderen of had je die gehad willen hebben?
- Wat is je woon- /migratiegeschiedenis?
- Wat is een fijne herinnering waar je graag aan terug denkt?

**“Het gaat om de gebeurtenissen die de cliënt zelf belangrijk vindt.”**

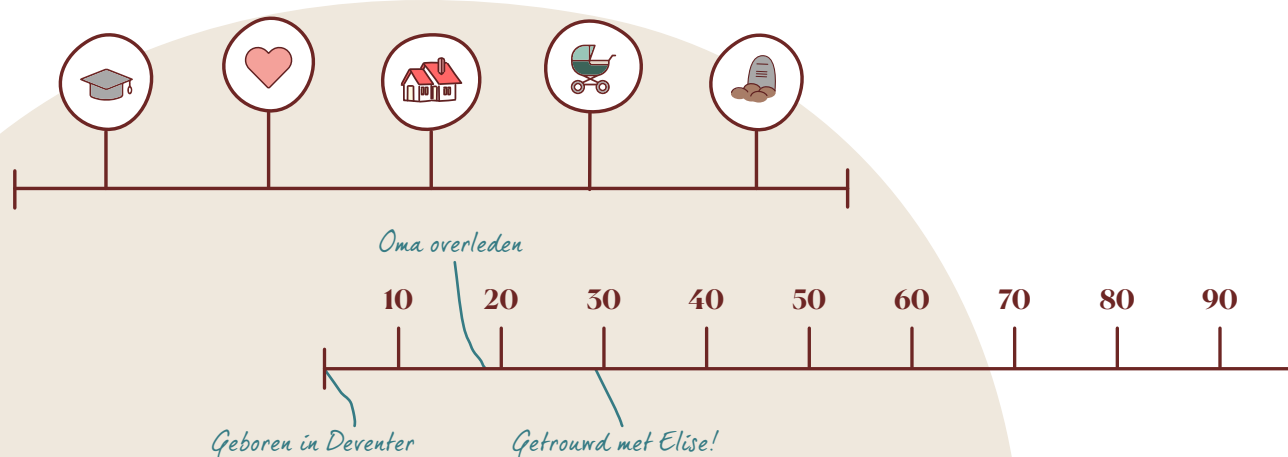
Geef de cliënt de kans om alle levensfasen aan bod te laten komen. Naasten kunnen hier goed aanvullen. Je kunt ook vragen of de cliënt of de naaste foto's van vroeger heeft.

### Levenslijn invullen

Het kan helpen en leuk zijn om de gebeurtenissen die aan bod komen in te vullen op een levenslijn. Het gaat om de gebeurtenissen die de cliënt zelf belangrijk vindt. Het hoeft dus niet uitputtend of volledig te zijn. Als jullie dit op een andere manier, bijvoorbeeld niet chronologisch, willen vormgeven is dat natuurlijk ook prima.

De beschrijving van een gebeurtenis hoeft niet altijd volledig te zijn. Soms zijn steekwoorden voldoende om later het verhaal te vertellen.

Je kunt eventueel aangeven hoe leuk of vervelend een gebeurtenis was door bijvoorbeeld gebruik te maken van kleuren of door er iets bij te tekenen zoals een bloem, een smiley, etc.



## 2. VERDIEPEN

Bespreek welke gebeurtenissen van belang zijn geweest. Vragen die je hier kunt stellen zijn:

- Welke gebeurtenissen zijn voor jou belangrijk geweest?
- Wat was een fijne/moeilijke periode?
- Hoe voelde je je toen? (hoopvol, zonder zorgen, wanhopig, etc)
- Welke gebeurtenissen hebben je gevormd/ veranderd?

## 3. REFLECTEREN

Probeer af te sluiten met een reflectie op wat er verteld is. Welke conclusies kan iemand over zichzelf trekken op basis van zijn of haar levensverhaal?

Probeer de positieve aspecten te vinden in wat er is verteld en probeer dat naar voren te halen:

- Als je er zo op terugkijkt, hoe zou je je leven tot nu toe omschrijven?
- Hoe zou je jezelf willen omschrijven?
- Hoe zou je iemand noemen die dat soort dingen doet?
- Zou iedereen dat zo gedaan hebben? Wat zegt dat over jou?
- Kun je daar nog een voorbeeld van geven?

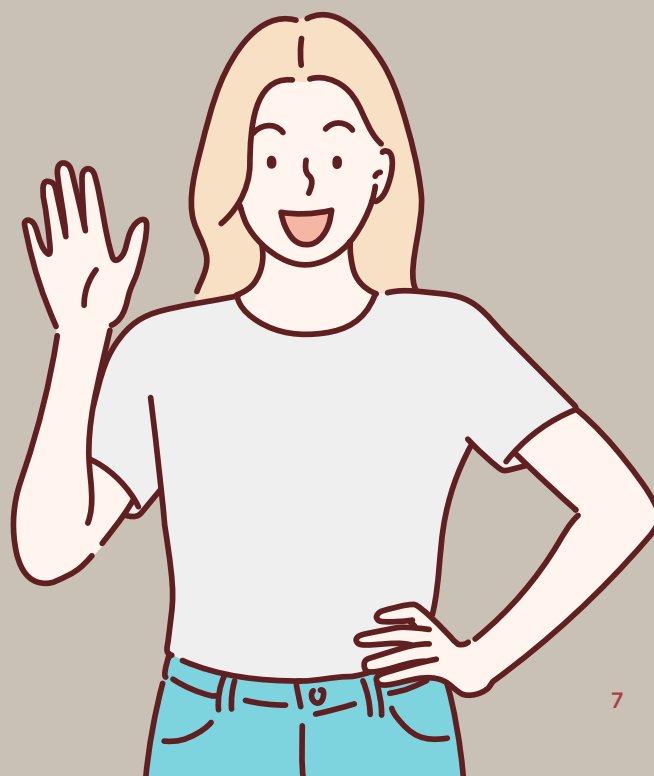
Negatieve ervaringen en conclusies moeten uiteraard niet worden genegeerd. Die horen er ook bij.

### WAT SCHRIJF JE OP

Schrijf de belangrijkste conclusies op.

Bijvoorbeeld:

- Ik ben iemand die veel heeft meegemaakt.
- Ik kom uit een warme familie.
- Ik ben een doorzetter, ondanks tegenslagen heb ik nooit opgegeven en ben ik altijd goed terecht gekomen.
- Ik ben iemand die graag anderen helpt.
- Ik ben door mijn psychose onzeker geworden.



## THEMA 2

# Talenten en kwetsbaarheden

Waar vind je dat je goed in bent en waar ben je minder goed in? Dit zegt veel over hoe je naar jezelf kijkt. Het doel is om daar samen met de cliënt een duidelijk beeld van te maken.

### 1. EIGENSCHAPPEN EN TALENTEN

Vraag aan de cliënt en zijn of haar naasten naar eigenschappen, talenten, etc. Misschien is hier al iets over verteld bij het levensverhaal. De vragen die je kunt stellen zijn:

- Waar ben je trots op?
- Noem een paar talenten van jezelf?
- Heb je wel eens een complimentje op school gekregen?
- Hoe zouden mensen die jou goed kennen je omschrijven?
- Zijn er dingen waarvan je zelf vindt dat je ze goed kunt?
- Zijn er dingen waar je niet zo goed in bent?

### 2. VERDIEPEN

Probeer hierop door te vragen en probeer dingen eventueel een naam te geven. Bijvoorbeeld:

- Kun je daar nog meer voorbeelden van geven?
- Welk talent heeft jou in het leven geholpen?
- Welke eigenschap is voor jou onmisbaar?
- Als ik dit zo hoor, vind ik je behoorlijk stressbestendig, vind jij dat ook?

### 3. REFLECTEREN

Vraag wat de cliënt zelf voor conclusies trekt en probeer samen te vatten wat de belangrijkste kenmerken zijn. Probeer vooral de positieve dingen te benadrukken maar ook de minder positieve dingen mogen een plek krijgen. Vragen die je zou kunnen stellen zijn:

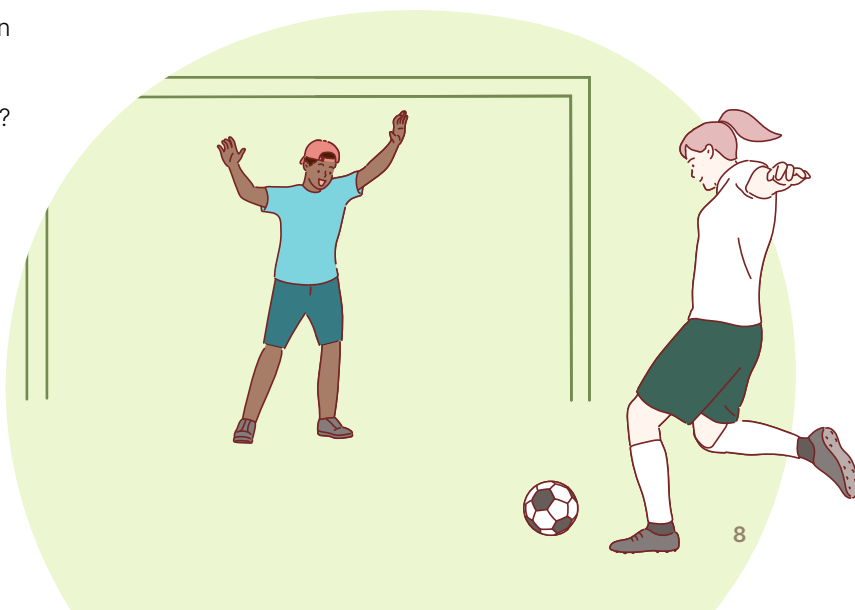
- Nu we het hier over hebben gehad, hoe zou je jezelf omschrijven?
- Hoe denk je dat anderen jou zien?
- Wat zijn jouw top drie talenten?

Je kunt natuurlijk ook voorbeelden hiervan in het eindproduct opnemen. Bijvoorbeeld een tekening die de cliënt gemaakt heeft en tekst die hij of zij geschreven heeft, of een foto of recept van een maaltijd die hij of zij bereid heeft.

#### WAT SCHRIJF JE OP

Maak samen een beschrijving van iemands talenten en kwetsbaarheden. Belangrijk is dat de persoon zelf vindt dat dit hem of haar goed beschrijft. Voorbeelden van conclusies die hierop kunnen volgen zijn:

- Mijn talent is om mooie verhalen te schrijven.
- Ik ben iemand die anderen altijd goed aanvoelt.
- Ik ben iemand die snel zijn concentratie verliest.
- Ik ben iemand die niet zo goed tegen stress kan.





## THEMA 3

# Normen en waarden

Het doel is om samen een beeld te krijgen van de dingen die iemand belangrijk vindt en de invloed daarvan op hoe iemand naar zichzelf kijkt. Dingen die iemand belangrijk vindt kunnen variëren van favoriet eten tot normen en waarden.

### 1. BELANGRIJKE DINGEN IN HET LEVEN

Vraag aan de cliënt wat hij of zij belangrijk vindt.

De vragen die je kunt stellen zijn:

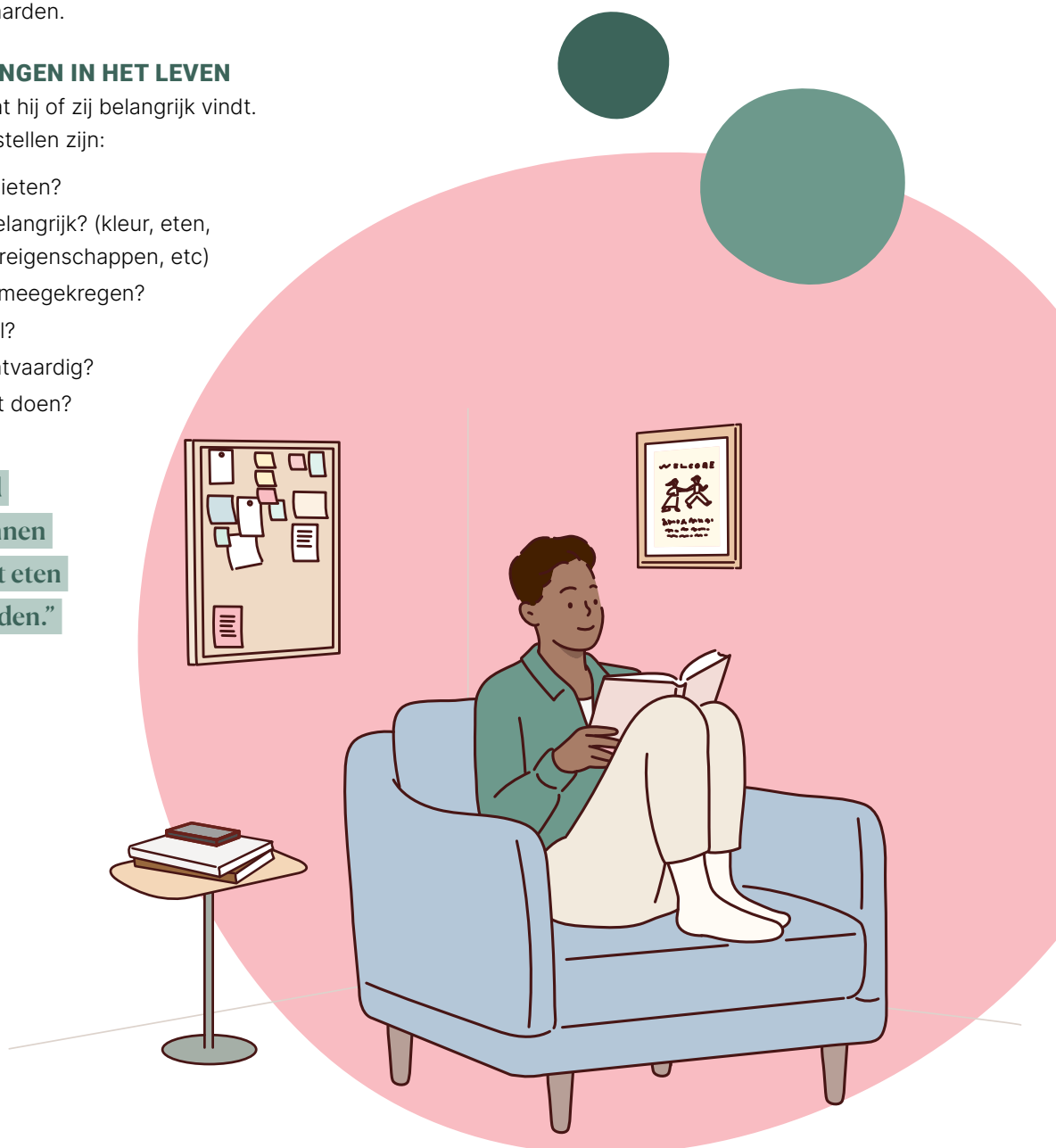
- Waar kun jij van genieten?
- Wat vind je fijn of belangrijk? (kleur, eten, activiteiten, karaktereigenschappen, etc)
- Wat heb je vroeger meegekregen?
- Wat is onacceptabel?
- Wat vind je (on)rechtvaardig?
- Wat zou je zelf nooit doen?

“Dingen die iemand belangrijk vindt kunnen variëren van favoriet eten tot normen en waarden.”

### 2. VERDIEPEN EN REFLECTEREN

Probeer te achterhalen wat dit over iemand zegt. Normen en waarden kunnen sterk samenhangen met hoe je naar jezelf kijkt. Iemand kan het bijvoorbeeld niet eerlijk vinden wat hem of haar is overkomen, of vinden dat hij of zij geen recht op geluk heeft, of vinden dat hij sterker zou moeten zijn. Het gaat hier dus om hoe normen en waarden gebruikt worden om betekenis te geven aan gebeurtenissen. De vragen die je kunt stellen zijn:

- Waar heb je nog recht op?
- Wat zou je willen krijgen wat je niet hebt?
- Hoe rechtvaardig/eerlijk vind je jouw leven?
- Geef je meer dan je krijgt of andersom?



### WAT SCHRIJF JE OP

Maak een beschrijving van de voorkeuren en afkeuren, normen en waarden die iemand zelf het belangrijkste vindt. Beschrijf eventueel ook hoe die normen en waarden gebruikt worden om een conclusie te trekken over wat iemand is overkomen. Conclusies kunnen zijn:

- Ik ben iemand die van Italiaans eten houdt.
- Ik heb een hekel aan mensen die het beter weten.
- Ik ben iemand die eerlijkheid belangrijk vindt.
- Ik vind het belangrijk om mijn eigen boontjes te doppen.
- Wat mij is overkomen is niet eerlijk.
- Ik heb gewoon pech gehad.
- Ik vind dat iedereen zijn eigen boontjes moet doppen.
- Ik vind het moeilijk om hulp te accepteren.
- Hierin lijkt ik op mijn vader/moeder.

Ook hier kun je natuurlijk beelden en andere media gebruiken ter aanvulling of vervanging van tekst.

“Normen en waarden  
kunnen sterk samenhangen  
met hoe je naar jezelf kijkt.”



## THEMA 4

# Verbinding met anderen

Het doel is om een beeld te krijgen welke personen belangrijk zijn (geweest). Dit kunnen mensen zijn met wie iemand een belangrijke band heeft, die iemand hebben gesteund, of die invloed op iemand hebben gehad. Het gaat om het plaatsen van iemand in een sociaal netwerk, en om verbindingen duidelijk te krijgen. Indien relevant, kan in de levenslijn worden aangegeven wanneer dit heeft plaatsgevonden.

### 1. BELANGRIJKE PERSONEN

Vraag de cliënt naar belangrijke personen in het verleden en nu. Maak een overzicht (of een schema of tekening) van deze belangrijke personen. Dit kunnen ook mensen zijn die iemand niet persoonlijk kent of die overleden zijn, maar die toch een inspiratiebron of op een andere manier belangrijk zijn geweest.

De vragen die je kunt stellen zijn:

- Met wie ben je graag samen?
- Wie zijn belangrijk voor jou, of voor jou geweest?
- Voor wie ben jij belangrijk?

### 2. VERDIEPEN: INVLOED VAN NAASTEN

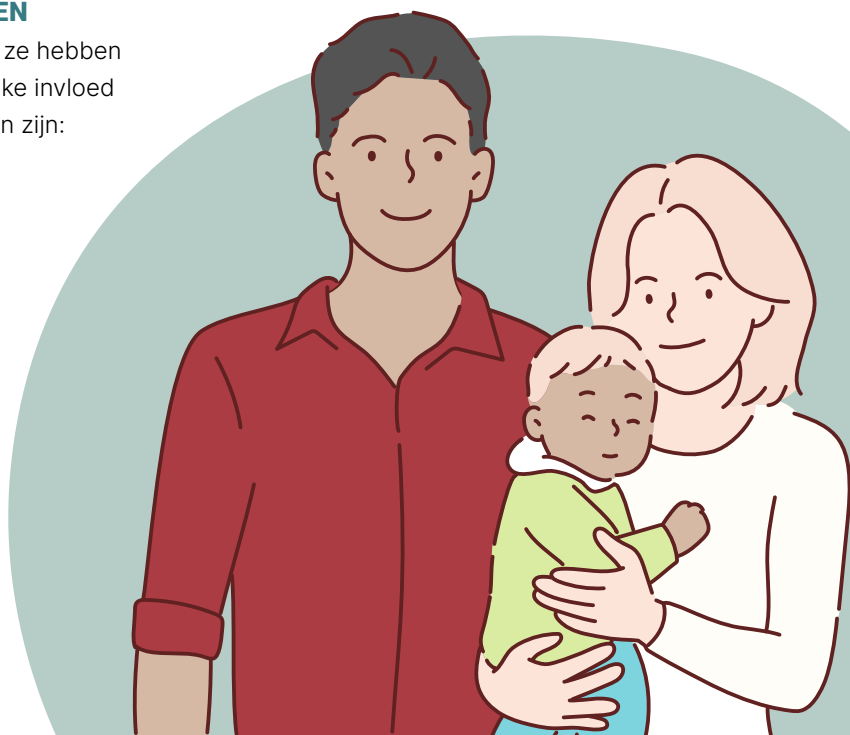
Vraag aan de cliënt wat deze mensen voor ze hebben betekend en waarom ze belangrijk zijn. Welke invloed zij hebben gehad? Vragen die je kunt stellen zijn:

- Hoe heeft deze persoon jou geholpen?
- Hoe zou je je relatie met deze persoon omschrijven?
- Welke invloed heeft deze persoon op jou gehad?
- Wat betekent deze persoon voor jou?

### 3. REFLECTEREN: WEDERKERIGHEID IN RELATIES

Vraag naar de rol van de cliënt zelf in deze relaties. Een relatie is altijd tweezijdig. Dit kan ook een moment zijn om de invloed van sommige mensen te herzien en ze een grotere of kleinere rol te geven.

- Wat doe jij om deze relatie in stand te houden?
- Waarom denk je dat deze persoon dit voor jou doet?
- Wat waardeert deze persoon aan jou?
- Wat betekenen jij voor deze persoon?
- Hoe heb jij zijn of haar leven veranderd?



### WAT SCHRIJF JE OP

Maak een overzicht of tekening van alle belangrijke personen in iemands leven. Beschrijf de verbindingen die iemand met anderen heeft en welke rol of betekenis hieraan gegeven kan worden. Welke conclusies trekt de cliënt hier zelf uit? Voorbeelden zijn:

- Ik ben een goede buurman, de meeste mensen hier in huis waarderen mij.
- Ik heb altijd mensen om me heen gehad die om mij geven.
- Van mijn eerste hulpverlener heb ik een paar belangrijke dingen geleerd.
- Mijn broer is altijd op de achtergrond aanwezig, ik weet dat ik op hem kan rekenen.
- Ik ben belangrijk voor mijn broer, als het niet goed met mij gaat is mijn broer daar ook verdrietig om.
- Door haar hulp te accepteren laat ik merken dat ik mijn moeder vertrouw en dat we een bijzondere band hebben.

Hier zou iemand uit het netwerk van de cliënt misschien ook wel zijn of haar verhaal kunnen toevoegen.



## THEMA 5

# Verlies- ervaringen

Het doel is om een beeld te krijgen van de dingen die iemand heeft doorstaan en wat dat voor iemand betekent. Dat kunnen allerlei gebeurtenissen zijn, waaronder de psychische aandoening zelf. In de voorbeelden hieronder staat de psychische aandoening centraal, maar je kunt ook op andere verlieservaringen reflecteren, zoals het verlies van een dierbare.

Het doel is om te erkennen wat iemand heeft doorstaan of verloren heeft. Soms wordt een psychose of datgene wat is meegemaakt ervaren als een positieve of noodzakelijke levenservaring. Een conclusie kan ook zijn dat de psychische kwetsbaarheid of een andere moeilijke ervaring wel impact heeft, maar deze persoon niet definieert.

### 1. MOEILIJKE ERVARINGEN

Vraag de cliënt en zijn of haar naaste om te vertellen hoe ze het krijgen van een psychische aandoening hebben ervaren.

Vragen die je zou kunnen stellen zijn:

- Wat is jou overkomen?
- Wanneer had je door dat je een psychische aandoening had?
- De dokter heeft je een diagnose gegeven, weet je welke diagnose dit is?
- Welke naam/kleur/woord/vorm zou je er zelf aan geven?
- Vind je de diagnose/aandoening bij jezelf passen?

Schrijf op hoe de cliënt zelf omschrijft wat hem of haar is overkomen. Teken dit eventueel in op de levenslijn.

### 2. VERDIEPEN: IMPACT VAN VERLIES

Vraag aan de cliënt en zijn of haar naaste wat de impact is geweest of wat er sindsdien is veranderd.

- Is er sinds je [ziek bent geworden/in behandeling bent in de psychiatrie/diagnose hebt gekregen/ eerste psychose, etc.] iets voor jou veranderd?
- Is er iets veranderd in jouw vriendschappen/werk/ opleiding/woonsituatie?
- Wat is het moeilijkst voor je geweest?
- Wil je vertellen over wat je verloren hebt in het leven?
- Welke dromen had je die niet uitgekomen zijn?



### 3. REFLECTEREN

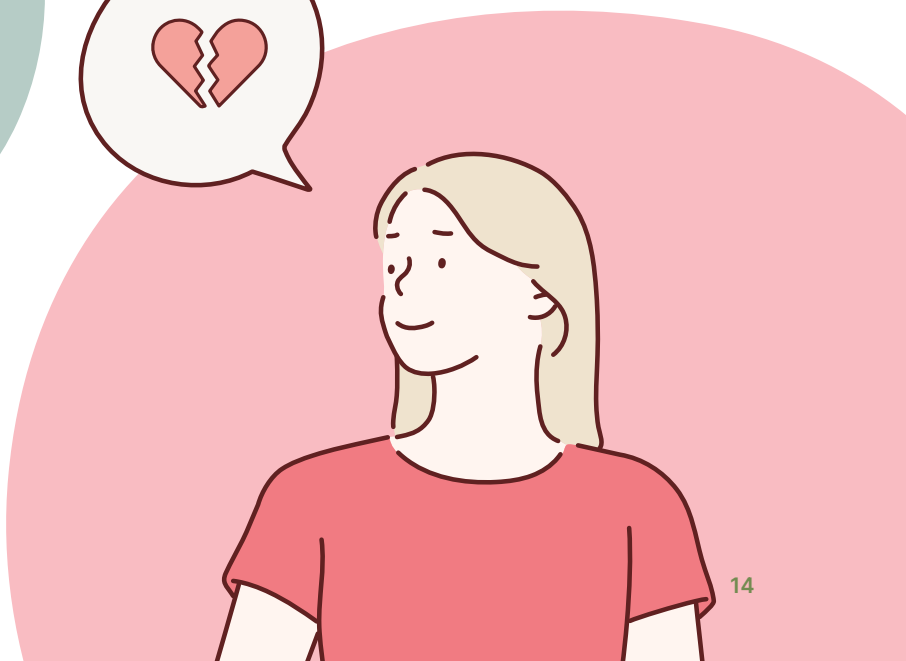
Vraag aan de cliënt wat de aandoening voor impact heeft gehad op zijn zelfbeeld. Wat heeft iemand verloren, gewonnen en welke dingen zijn juist hetzelfde gebleven? Hier zijn enkele voorbeeldvragen:

- Heeft het je iets opgeleverd?
- Heb je er iets van geleerd?
- Heeft jouw diagnose/aandoening nu nog invloed op je?
- Vind je dat je er door bent veranderd?
- Welke talenten heb je erbij gekregen?
- Waar haalde je de kracht vandaan om dit te doorstaan?
- Hoe wist je dat je dit zou kunnen verwerken?
- Welke eigenschappen die je vroeger had, zijn gebleven?

#### WAT SCHRIJF JE OP

Sta samen met de cliënt en eventueel zijn of haar naaste stil bij de gevolgen van wat iemand overkomen is, en de kracht die iemand heeft opgebracht om weer verder te gaan. Geef daar eventueel erkenning voor. Beschrijf hoe iemand de impact van de aandoening op zijn zelfbeeld ervaart, wat hij of zij heeft verloren of minder goed kan, en welke dingen als positief worden ervaren. Conclusies kunnen zijn:

- Wat ik heb meegemaakt is best heftig.
- Door mijn aandoening heb ik mijn opleiding niet afgemaakt/is het contact met een goede vriend verloren gegaan.
- Die psychose was nodig, het was mijn manier om met de stress om te gaan.
- Dat ik, ondanks moeilijke periodes, weer positief in het leven sta, komt omdat ik heel sterk ben.
- Ik ken mezelf nu veel beter, ik weet nu waar mijn grenzen liggen.
- Zonder mijn aandoening was het contact met mijn moeder niet zo intensief geweest.
- Ondanks grote gebeurtenissen in mijn leven ben ik nog steeds dezelfde persoon.
- Ik ben wel een beetje veranderd, ik ben voorzichtiger en rustiger geworden maar verder ben ik hetzelfde.



# Waar kun je tegenaan lopen?

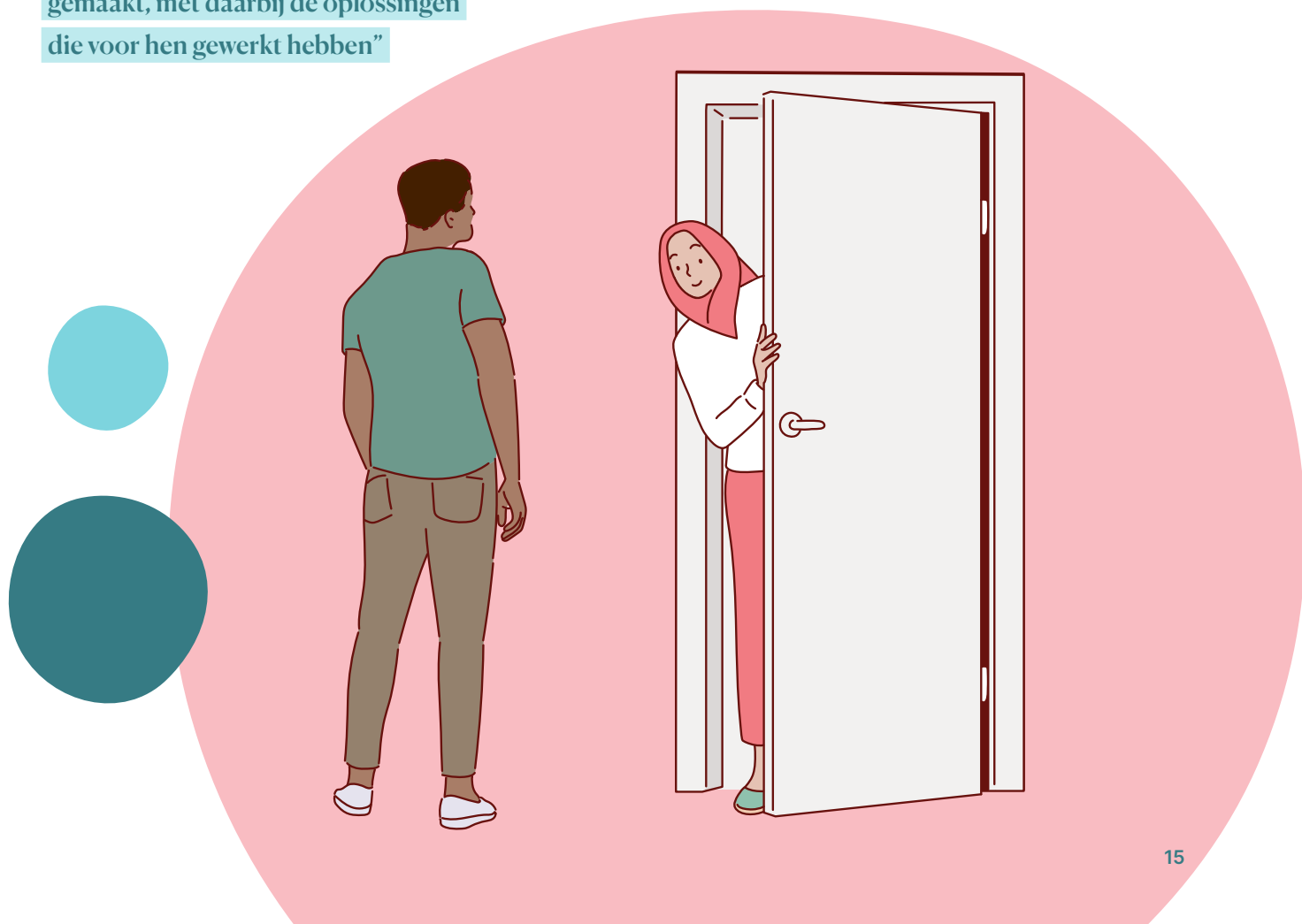
Er zijn dingen waar je tegenaan kunt lopen tijdens de gesprekken. Uit gesprekken met eerdere deelnemers hebben we een overzicht gemaakt met daarbij de oplossingen die voor hen gewerkt hebben. Dit is geen compleet overzicht, maar je kunt er misschien wel (het begin van) een oplossing vinden die in jullie geval goed helpt.

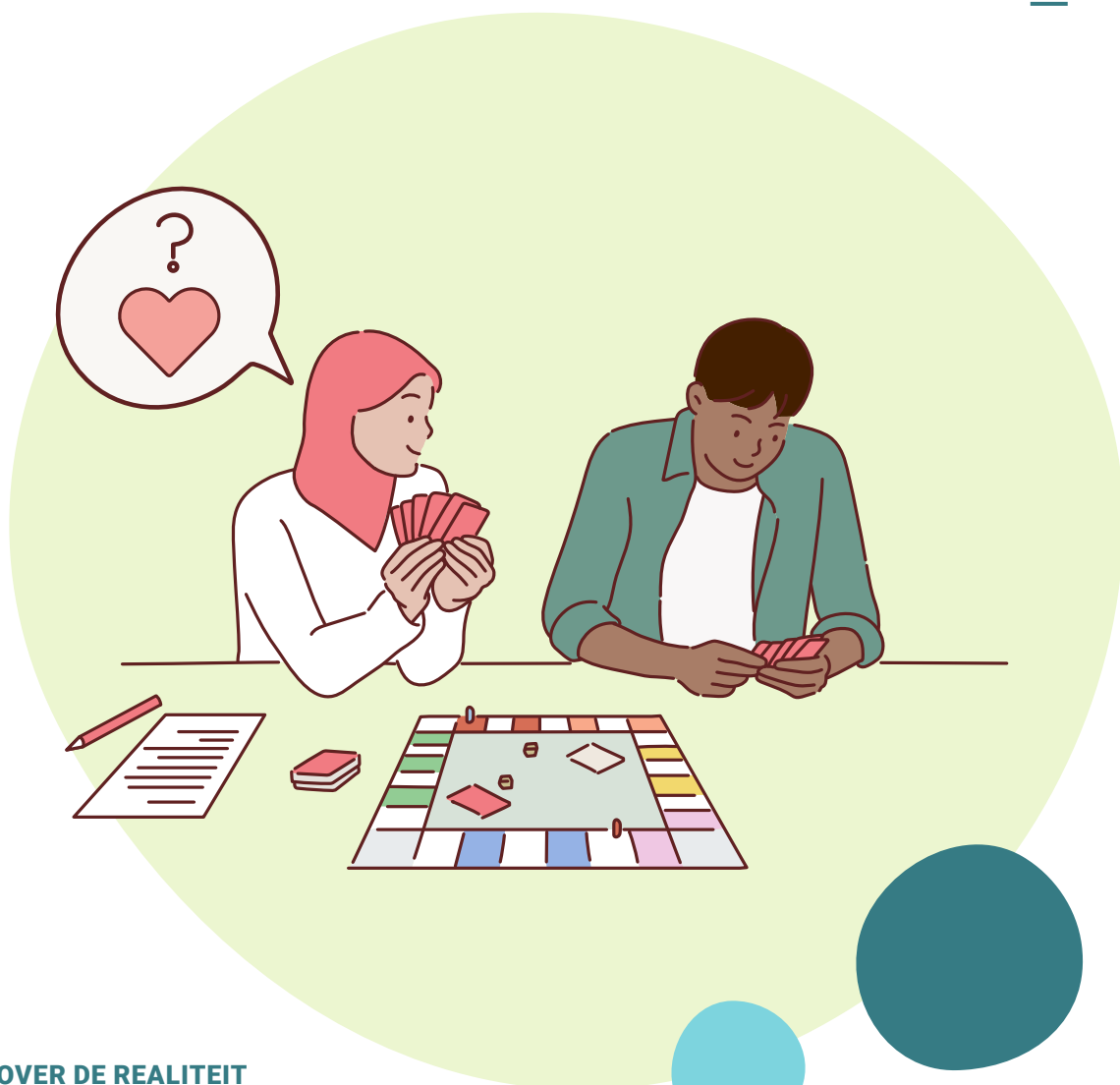
“Uit gesprekken met eerdere deelnemers hebben we een overzicht gemaakt, met daarbij de oplossingen die voor hen gewerkt hebben”

## 1. PLANNEN VAN DE GESPREKKEN

Het kan moeilijk zijn om afspraken te maken over wanneer jullie aan Een Gedeeld Verhaal gaan werken. Sommige begeleiders vertelden ons dat de cliënt met wie zij aan Een Gedeeld Verhaal begonnen waren, wel gemotiveerd was om een verhaal te maken, maar op het moment van de afspraak telkens geen zin had. Er kwamen verschillende mogelijke oplossingen naar voren:

- Probeer niet van tevoren afspraken te maken, maar benader de cliënt op een moment dat uitkomt.
- Pas de gesprekken in, tijdens momenten die al staan voor andere dingen (zoals pb-gesprekken).
- Voer de gesprekken tijdens een andere activiteit die daar ruimte voor biedt (zoals spelletjes spelen, een wandeling, etc.)





## 2. ANDER IDEE OVER DE REALITEIT

We hoorden ook dat de cliënt, begeleider en naaste soms verschillende ideeën hadden over wat waar is. Sommige begeleiders beschreven dit als het hebben van psychotische belevingen door de cliënt. Uit interviews kwamen mogelijke oplossingen naar voren.

- Het kan een goed idee zijn om de focus van de gesprekken te verleggen. Als dit bijvoorbeeld vooral in relatie tot het verleden geldt, kan de focus van de gesprekken naar het nu worden verlegd. Bijvoorbeeld hoe iemand het leven op de locatie vindt, hoe zijn of haar daginvulling eruitziet.
- Je kunt in gesprekken samen op zoek gaan naar de betekenis achter een psychotische beleving. Bijvoorbeeld: iemand zegt een beroemde muzikant te zijn. Dit kan betekenen dat hij of zij muziek heel belangrijk vindt. Dit kun je dan opschrijven.
- Tot slot: het blijft het verhaal van de cliënt. Als iemand iets echt graag in het verhaal wil, kan dat toch. Je kan eventueel vragen of hij of zij het goed vindt dat een naaste ook zijn of haar verhaal vertelt en dat eraan zet.





### 3. NEGATIEVE EMOTIES TIJDENS DE GESPREKKEN

In sommige gevallen maakten de gesprekken emoties los bij de cliënt, zoals angst, paniek of verdriet. Ook hiervoor hadden begeleiders manieren gevonden om daarmee om te gaan.

- Iemand kan bang zijn het niet goed te doen. De aanpak veranderen kan helpen, en te benadrukken dat het niet op een bepaalde manier hoeft te gaan.
- Probeer niet door te gaan over onderwerpen die stressvol zijn met een cliënt. Het kan ook helpen om de aanpak te veranderen (bijvoorbeeld te gaan wandelen).
- Negatieve emoties mogen er ook zijn en je mag deze ook erkennen. Probeer de cliënt met een goed gevoel achter te laten door aan het einde over iets vrolijks te praten, of samen iets anders te doen.



#### 4. CLIËNT PRAAT WEINIG

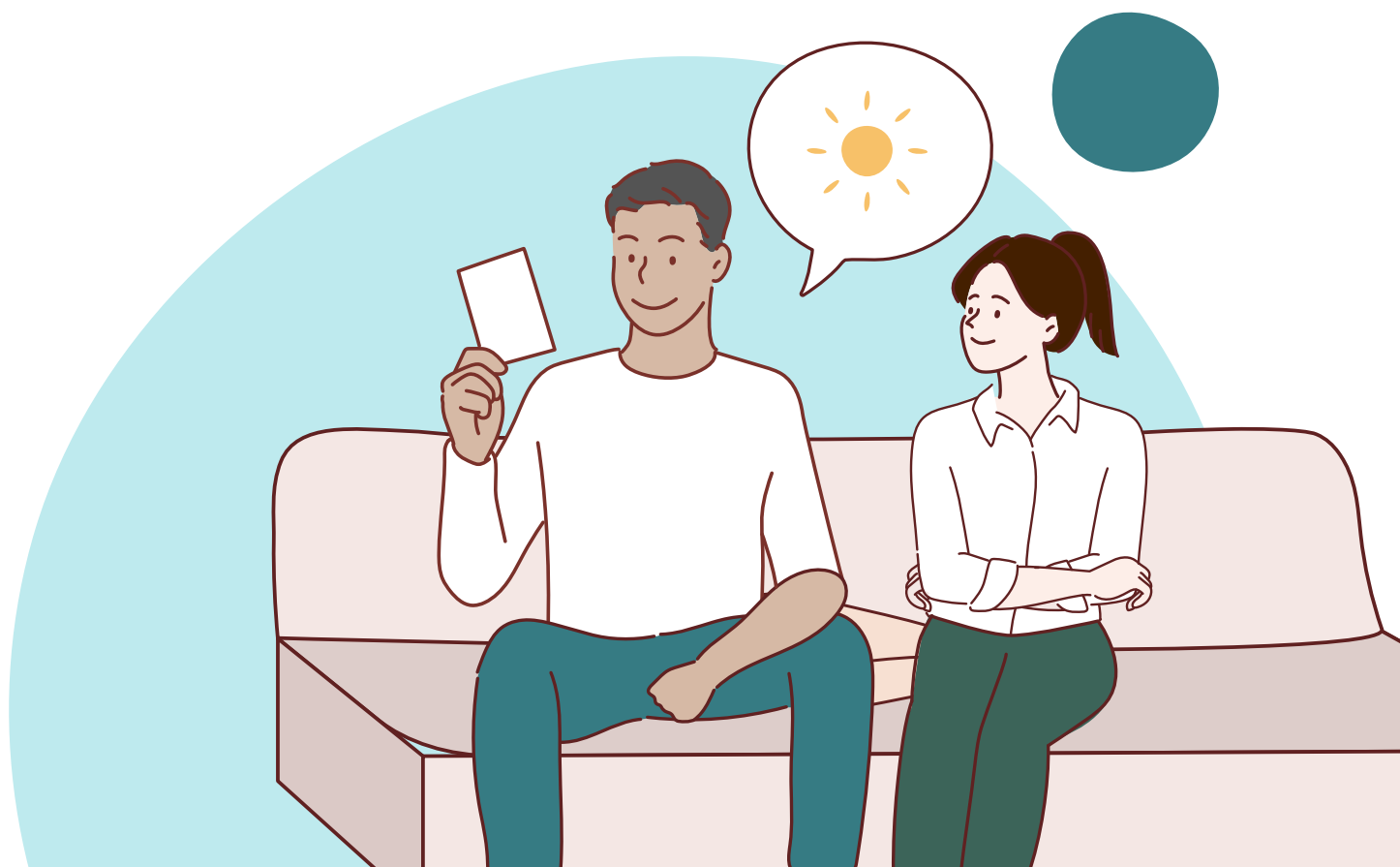
We hoorden van sommige mensen ook dat de cliënt weinig praatte tijdens gesprekken, en bijvoorbeeld heel korte antwoorden gaf.

- Misschien is de setting van de gesprekken ongemakkelijk voor de cliënt, of nodigt deze simpelweg niet uit tot praten. Je kunt de plaats en de aanpak van de gesprekken veranderen. Samen wandelen bijvoorbeeld, of foto's kijken, of dingen opzoeken op internet, samen tekenen, etc. Foto's of tekeningen kunnen ook een uitkomst zijn van een gesprek. Niet alles hoeft verteld te worden in taal.
- Het kan ook dat de cliënt zich nog niet helemaal op zijn of haar gemak voelt in de relatie. Misschien kunnen jullie eerst iets doen wat niet met Een Gedeeld Verhaal te maken heeft. Of misschien kan de begeleider ook iets over zichzelf vertellen.



#### 5. CLIËNT WIL STOPPEN

Het kwam ook voor dat een cliënt voortijdig wilde stoppen met Een Gedeeld Verhaal. Begeleiders gaven hier dan gehoor aan. Soms vroegen ze of iemand het zou zien zitten om hun verhaal later weer op te pakken. Ze concludeerden vaak dat ook als er geen eindproduct komt, de gesprekken toch waarde hebben gehad.



# Colofon

“Een Gedeeld Verhaal” is ontworpen door een projectgroep van ervaringsdeskundigen, familie-ervaringsdeskundigen, zorgprofessionals en onderzoekers van Anoiksis, MIND Ypsilon, Arkin Onderzoek, Amsterdam UMC, Mentrum, Cordaan en Triade Vitree. Wij ontvingen hiervoor een subsidie van ZonMw.

Met dank aan alle cliënten, naasten en zorgprofessionals die meededen aan de pilotfase.



triade vitree



