

# Sociale steun bij mensen met psychische klachten

Thijs Beckers



# Inhoud

Wat is sociaal netwerk?

Wat is sociale steun?

Waarom is verbeteren belangrijk?

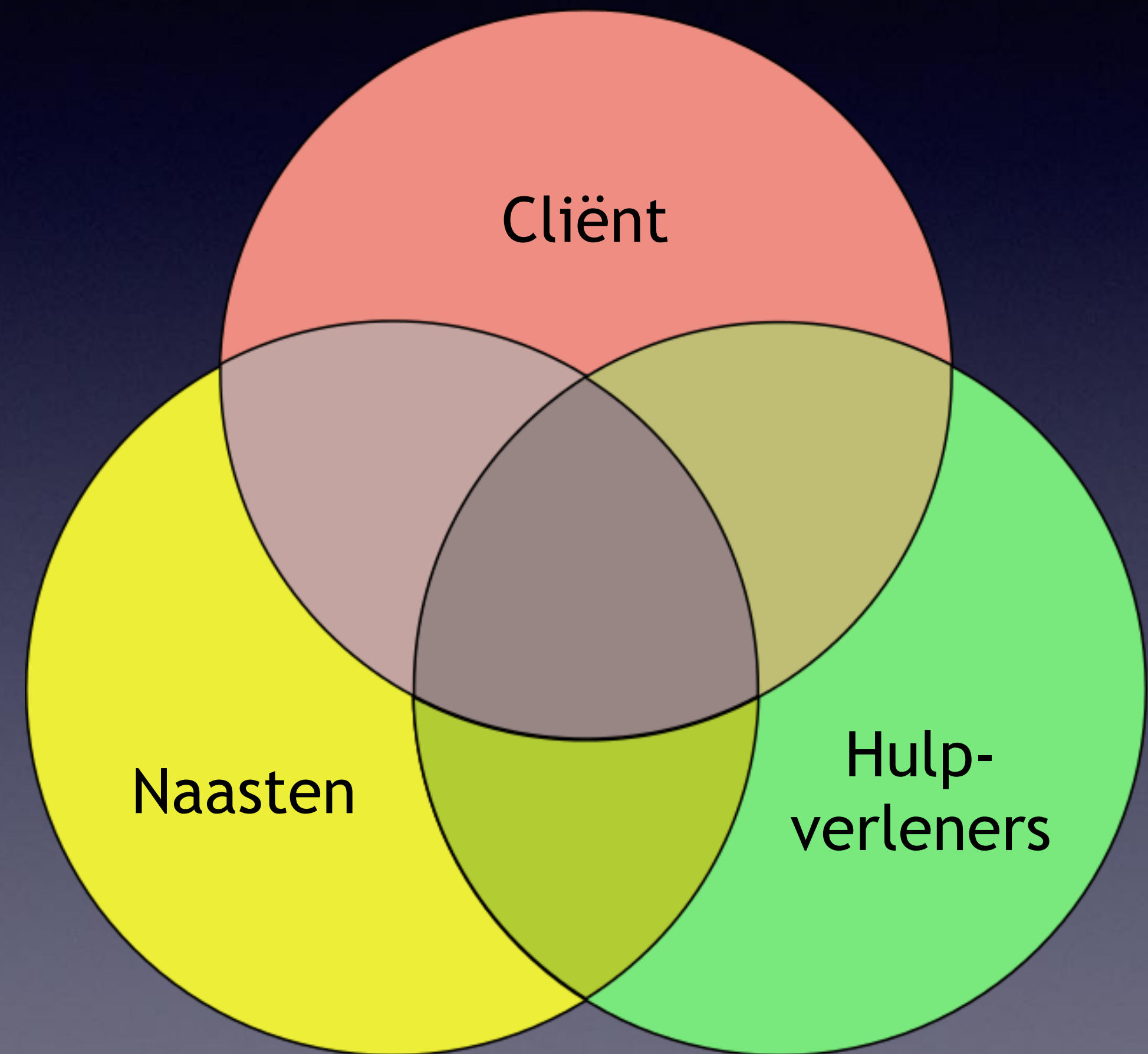
Verbeteren  
professionele sociale  
steun

Verbeteren informele  
sociale steun

2

# Wat is sociaal netwerk?

- Omvang
- Kwaliteit
- Stabiliteit
- Gevarieerdheid
- Dichtheid
- Bereikbaarheid



# Wat is sociale steun?

- Praktische steun
- Informatie / advies
- Emotionele steun
- Aanmoediging / zelfvertrouwen

# Waarom is verbeteren van sociale steun belangrijk?

Persoonlijk herstel

Risicofactor

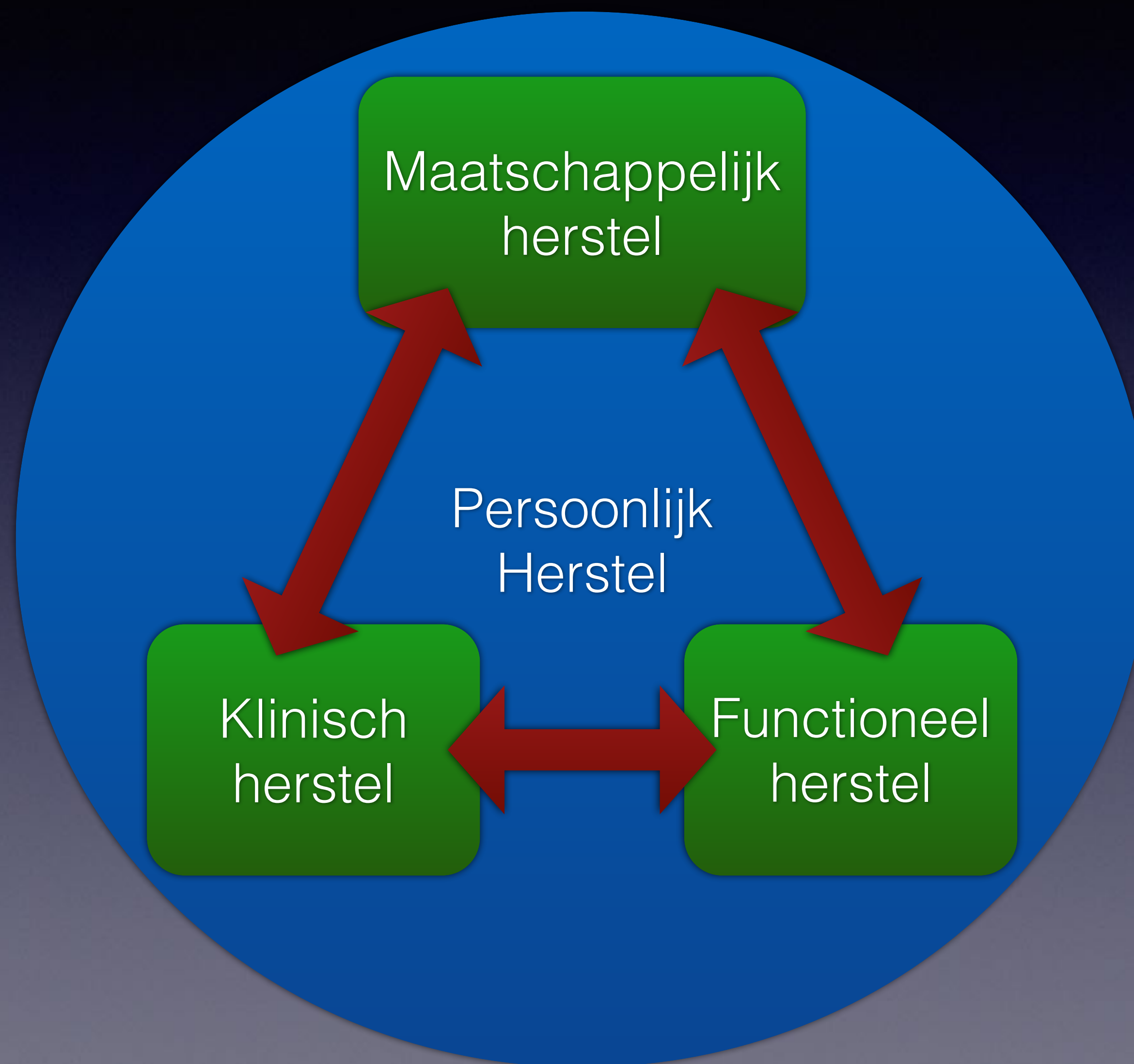
Afschalen zorg

# Waarom is verbeteren van sociale steun belangrijk?

Persoonlijk herstel

Risicofactor

Afschalen zorg



# Waarom is verbeteren van sociale steun belangrijk?

Persoonlijk herstel

Risicofactor

Afschalen zorg





# Waarom is verbeteren van sociale steun belangrijk?

Persoonlijk herstel

Risicofactor

Afschalen zorg

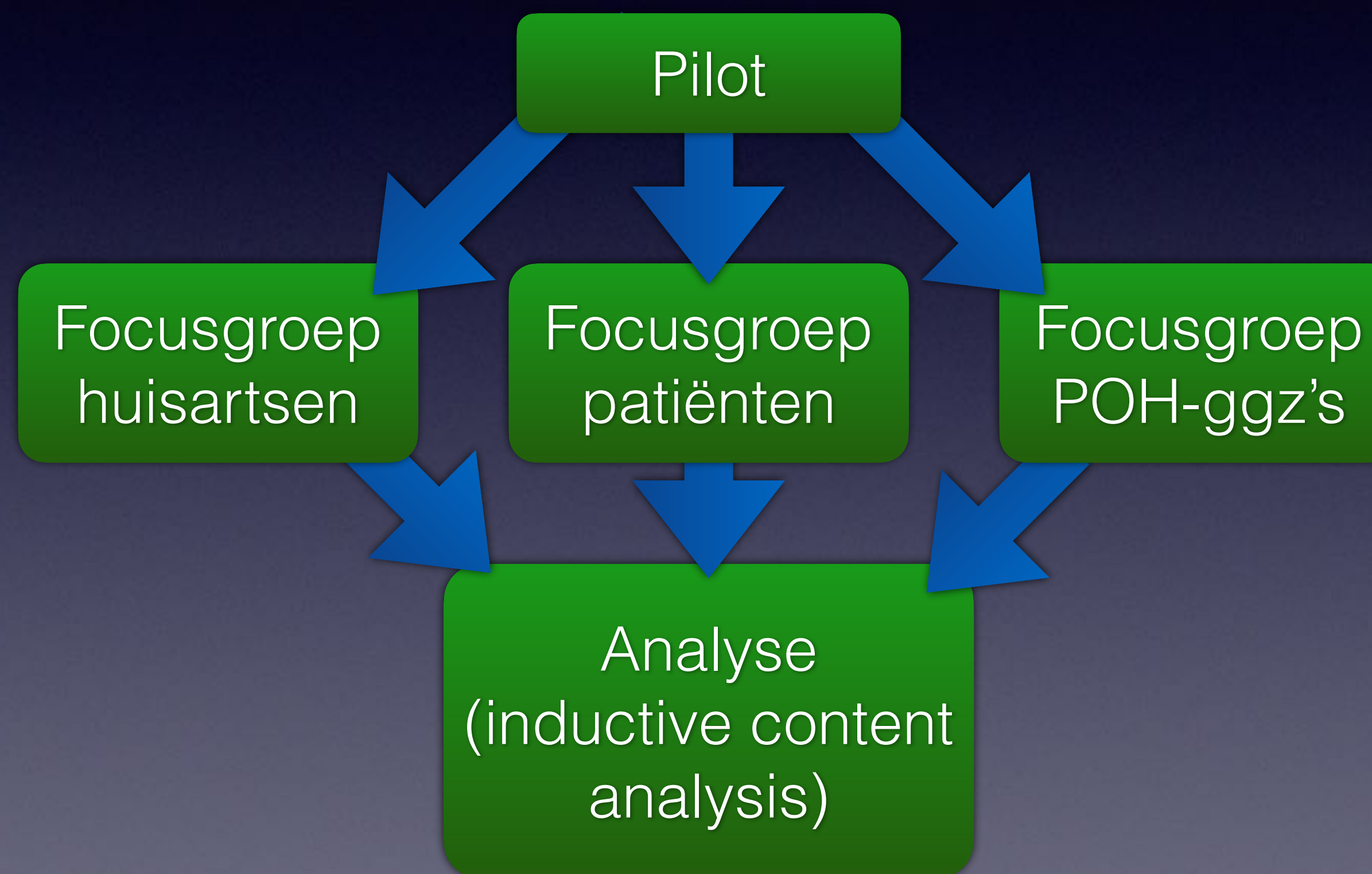
- Zelfdoding
- Slechter symptomatisch herstel
- Slechte motivatie voor behandeling
- Toename hallucinaties
- (On)vrijwillige opname in psychiatrisch ziekenhuis
- Werkeloosheid
- Somatische gezondheidsproblemen zoals hartklachten

# Waarom is verbeteren van sociale steun belangrijk?

Persoonlijk herstel

Risicofactor

Afschalen zorg



# Waarom is verbeteren van sociale steun belangrijk?

Persoonlijk herstel

Risicofactor

Afschalen zorg

Sociale  
wijkteams

Ervarings-  
deskundigen

Concept  
mapping

Huisartsen

POH-ggz's

# Waarom is verbeteren van sociale steun belangrijk?

Persoonlijk herstel

Risicofactor

Afschalen zorg

Zorgverleners

Legenda

Aantal lagen	Waarde
1	5.12 tot 5.20
2	5.20 tot 5.29
3	5.29 tot 5.37
4	5.37 tot 5.45
5	5.45 tot 5.54

Informeel steunsysteem

Organisatie van zorg

Sociale omgeving

Patient

# Waarom is verbeteren van sociale steun belangrijk?

Persoonlijk herstel

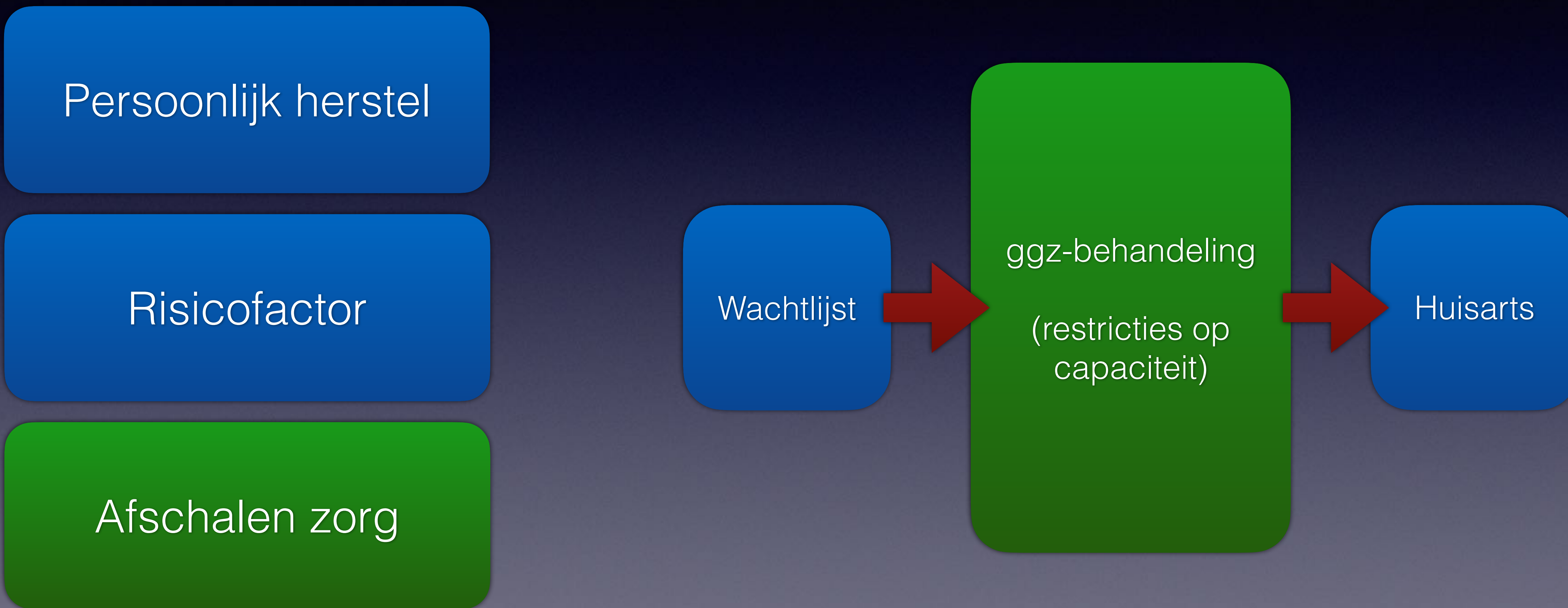
Risicofactor

Afschalen zorg

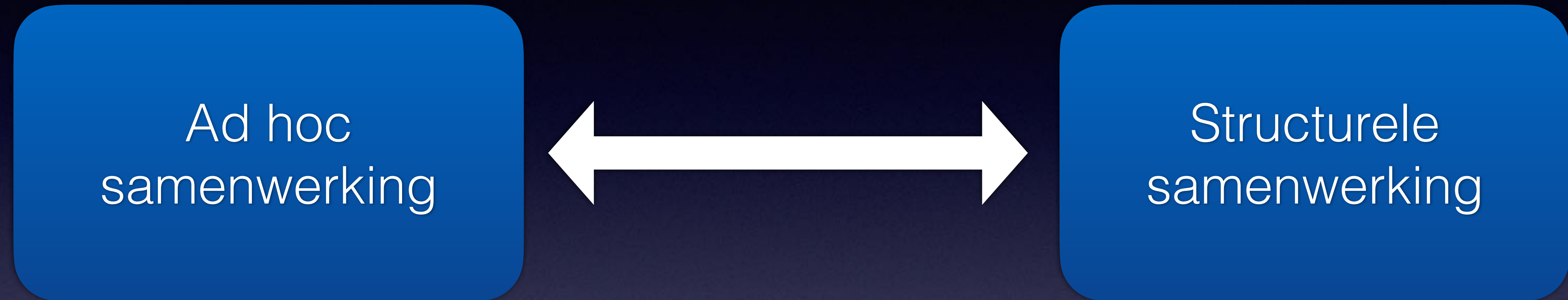
Wachtlijst

ggz-behandeling  
(restricties op  
capaciteit)

Huisarts



# Verbeteren professionele steun



# Verbeteren professionele steun



- Maak een teamplan
- Sociale steun verbeteren kost tijd
- Vanaf begin behandeling mee aan de slag

# Verbeteren informele sociale steun



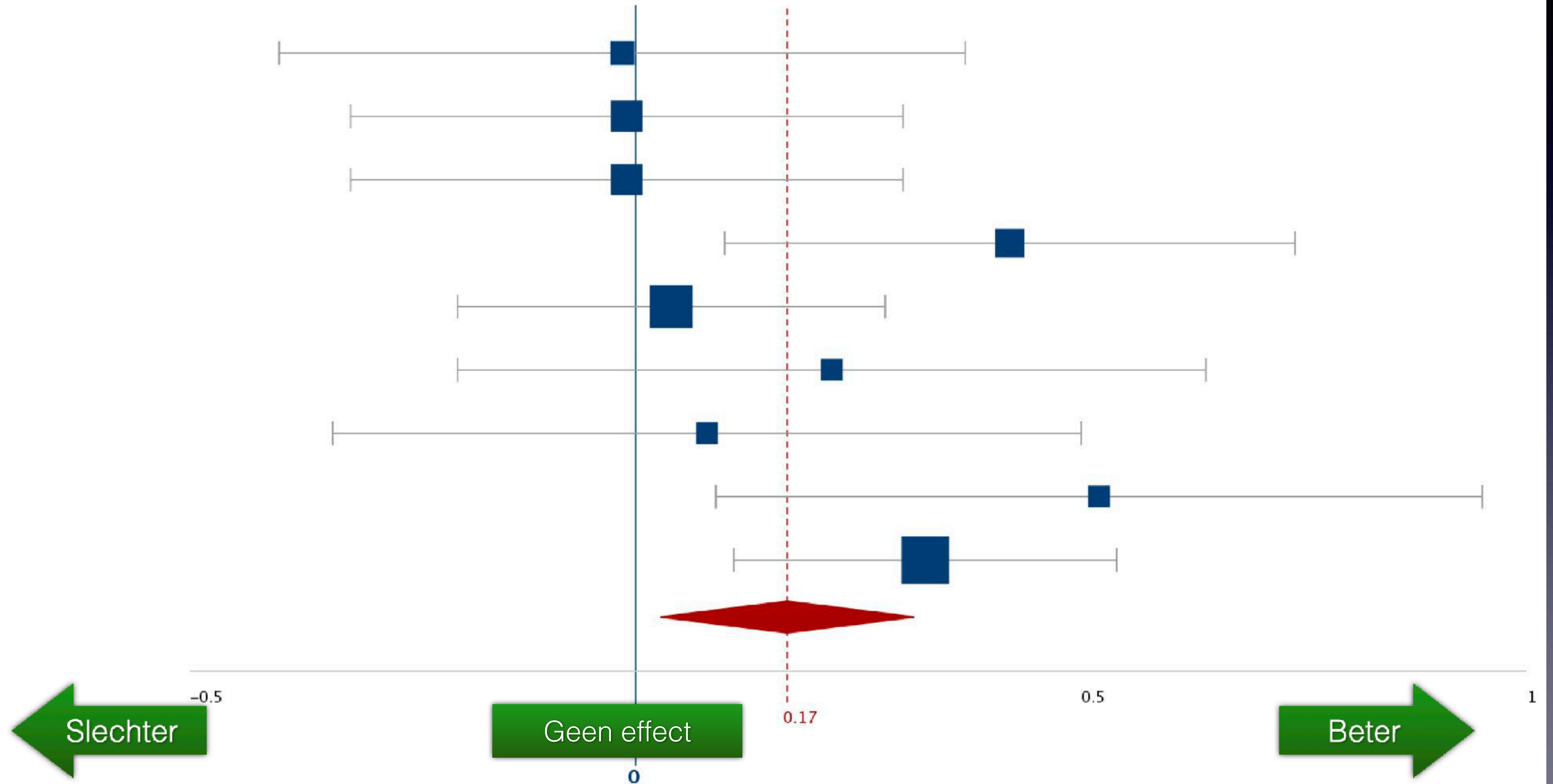
2



# Verbeteren informele sociale steun

- Maatjesproject
- Lotgenotengroep
- Sociale vaardigheidstraining
- Inloop
- Dagbesteding
- Online communities

# Verbeteren informele sociale steun



# Social Network Map

Bespreek van maximaal 15 meest intensieve contacten op schaal van 1-3:

- Praktische steun
- Emotionele steun
- Informatie / advies
- Nabijheid
- Wederkerigheid van contact
- Hoe vaak contact
- Hoe lang al bekend

# Voorbeeld gepersonaliseerd plan

## **Algemeen**

- Doel: vaker bezoek krijgen
- Aanpak: maatjes-project inschakelen

# Voorbeeld gepersonaliseerd plan

## Algemeen

- Doel: vaker bezoek krijgen
- Aanpak: maatjes-project inschakelen

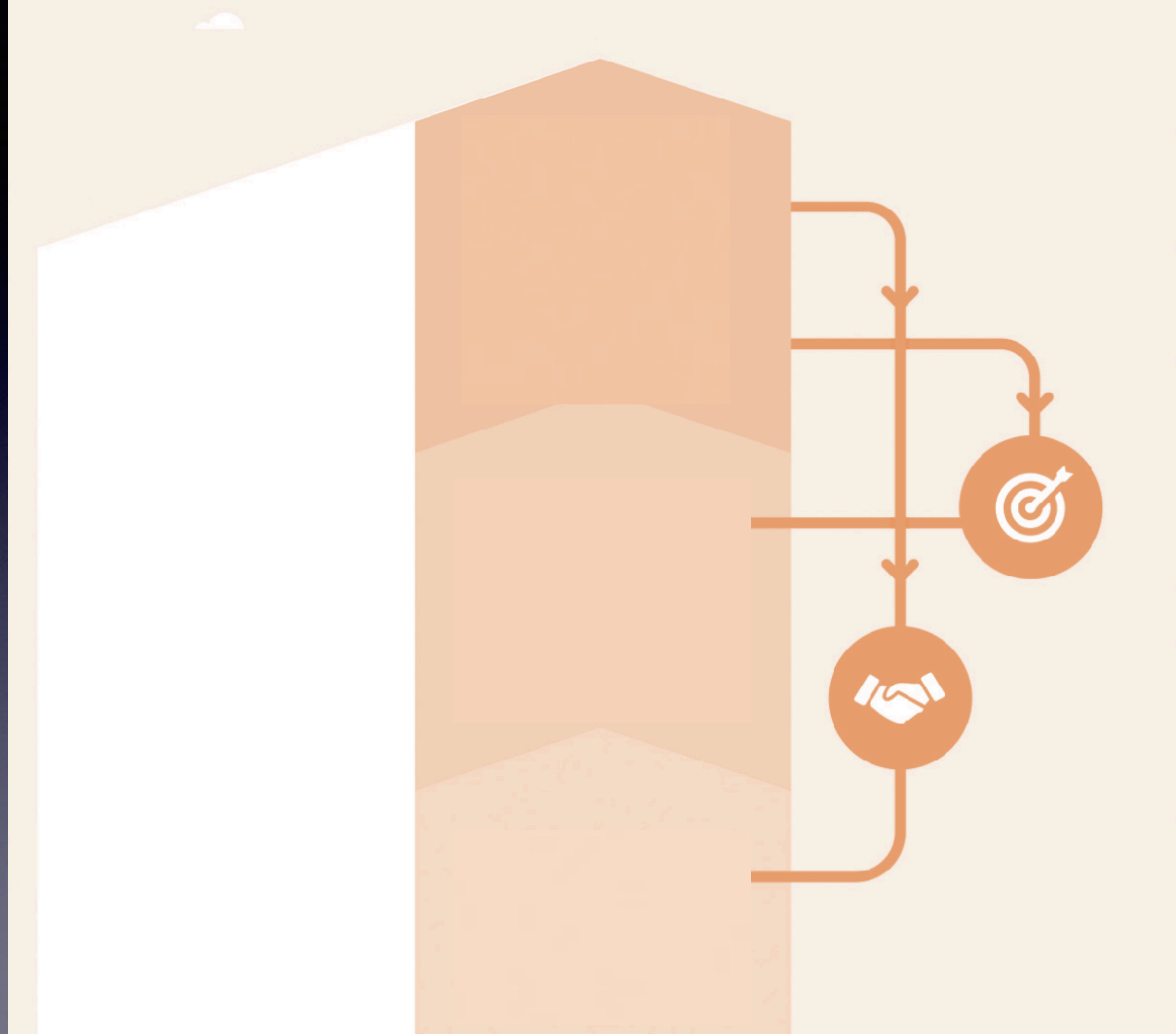
## Gepersonaliseerd

- Doel: over drie maanden minstens twee keer per week bezoek thuis krijgen van bekende
- Aanpak:
  - Huidige netwerk in kaart brengen
  - Bekijken wie je vaker op bezoek zou willen krijgen
  - Bespreken waarom dit nu niet lukt
  - Bespreken / oefenen hoe dit te vragen
  - Ondersteunen bij dit vragen

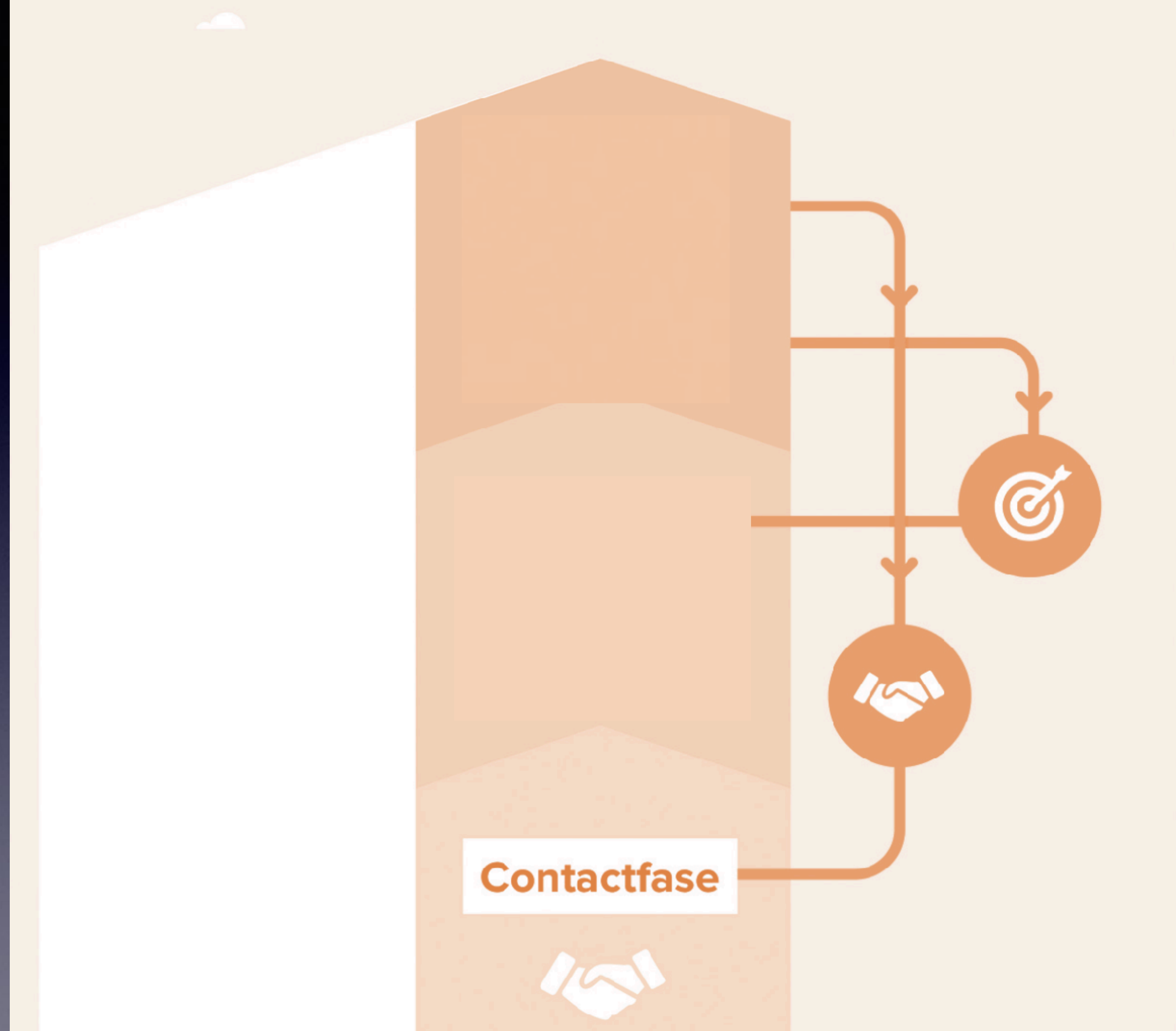
# Reflectief samen- werken (RSW)

- Écht contact maken
- Meta-communicatie
- Bewust van eigen dynamiek
- Valkuil: te snel willen

# Reflectief samen- werken (RSW)

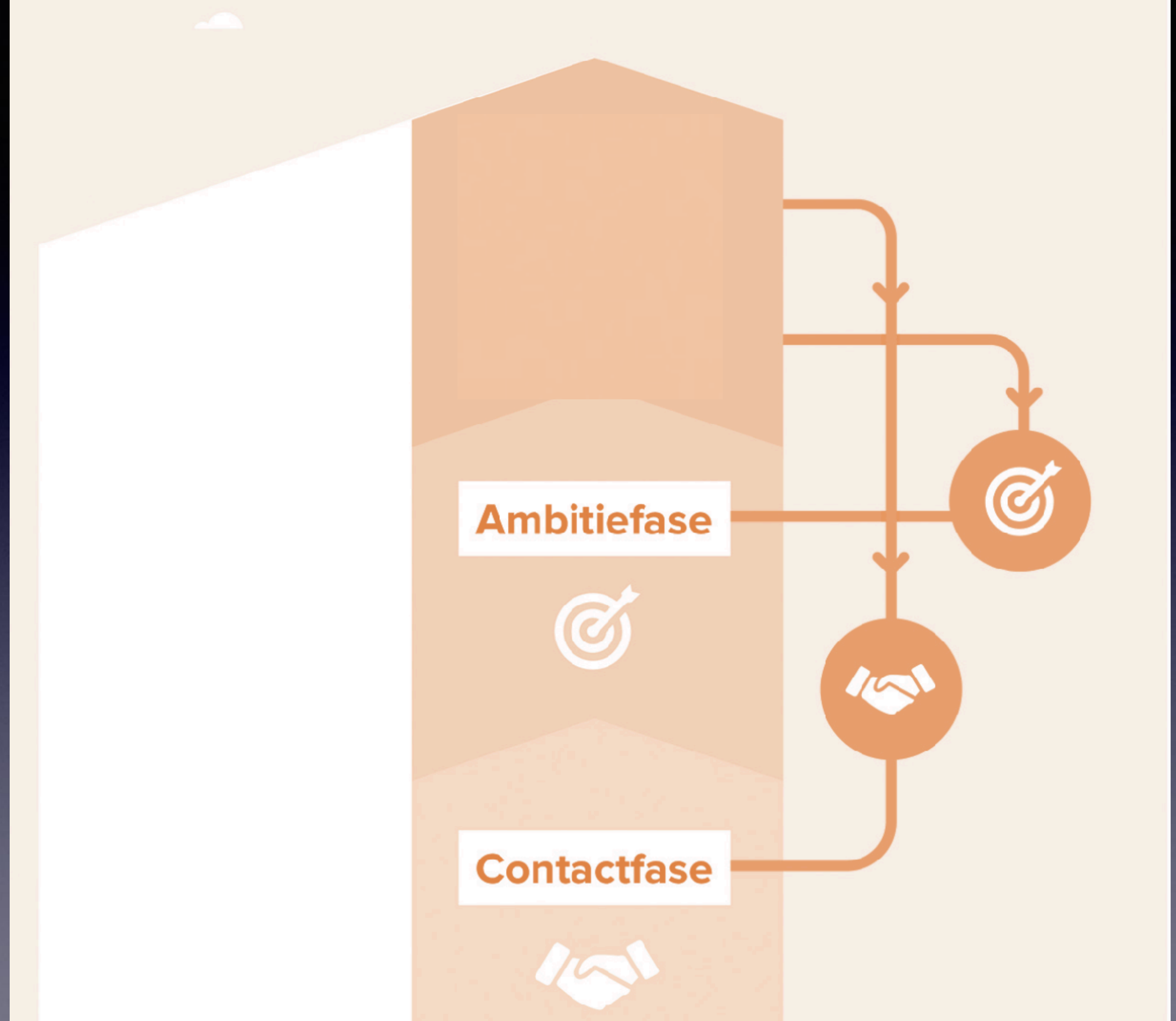


# Reflectief samen- werken (RSW)

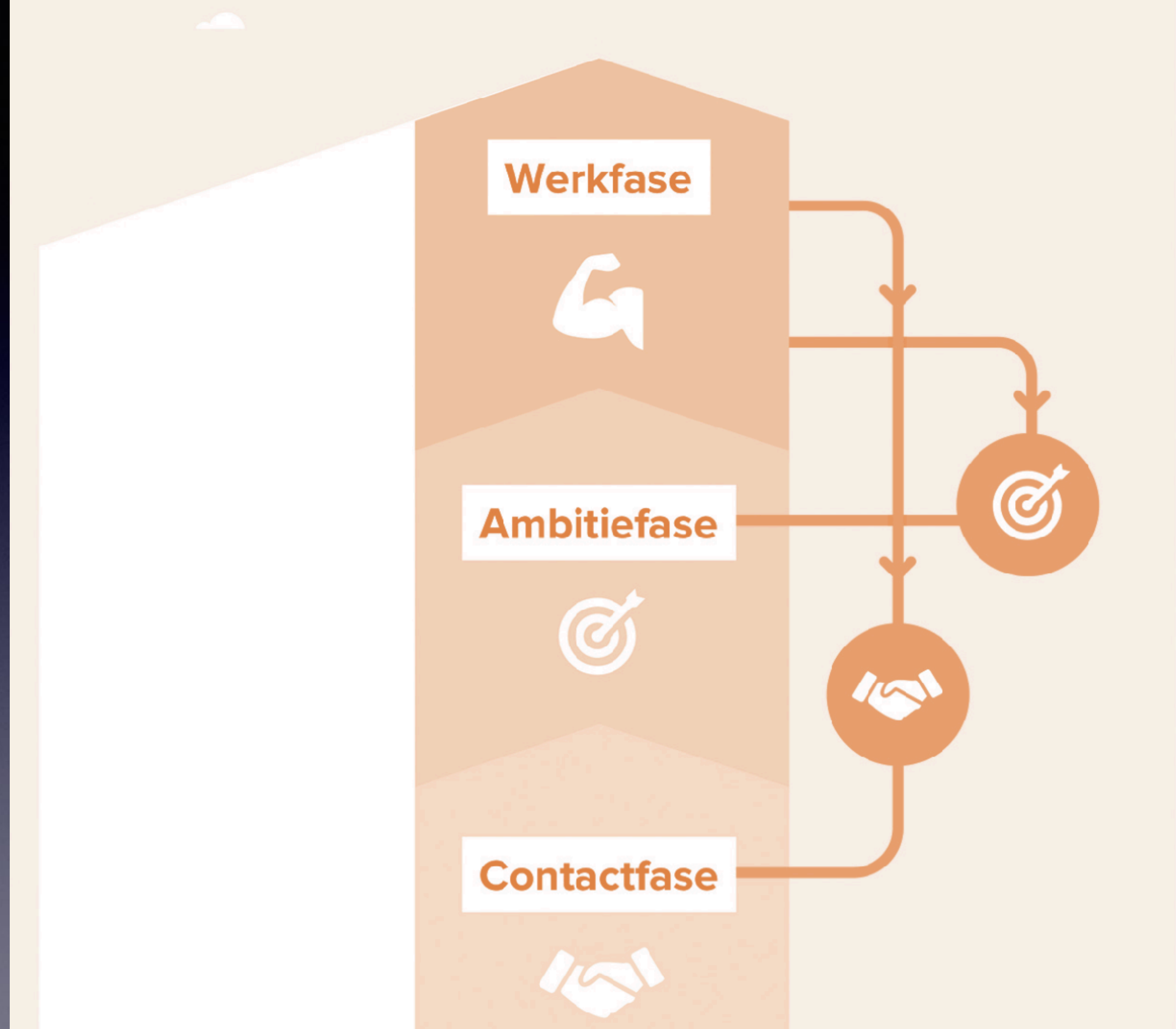




# Reflectief samen- werken (RSW)



# Reflectief samen- werken (RSW)



# Reflectief samen- werken (RSW)

## Bouwstenen voor een gesprek

1. Terugblik
2. Inventarisatie
3. Prioritering
4. Samenwerking
5. Evaluatie
6. Vooruitblik

### Werkfase



### Ambitiefase



### Contactfase



# Samenvatting

1. Sociale steun verbetert persoonlijk herstel, vermindert gezondheidsrisico's en vermindert waarschijnlijk de behoefte aan professionele zorg.
2. Professionele steun verbeteren kost tijd en doe je door een bewuste combinatie van structurele en ad hoc samenwerking.
3. Informele sociale steun verbeteren doe je met een zeer gepersonaliseerde aanpak.



# Vragen?

- [www.thijsbeckers.com](http://www.thijsbeckers.com)
- [hello@thijsbeckers.com](mailto:hello@thijsbeckers.com)



# Bronnen

- Beckers, T., Berkvens, J., Koekkoek, B., Kole, M. en Veen van, M. (2019). Methodisch werken aan verbinding bij psychische problematiek: Op zoek naar de match. Nijmegen: Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.
- Beckers T, Koekkoek B, Tiemens B, Hutschemaekers G. (2020). Measuring social support in people with mental illness: a quantitative analysis of the Social Network Map. *Issues in Mental Health Nursing* (in press) <https://doi.org/10.1080/01612840.2020.1744205>
- Beckers T., Jaecx – van Tienen L, Koopmans, M., Willems, R. & Corstens, D. (2020). Personal-recovery-oriented community mental health care: Qualitative evaluation of a developmental project. *BMJ Open* Jun 2020, 10 (6) e035709; DOI: 10.1136/bmjopen-2019-035709
- Beckers, T., Berkvens, J., Koekkoek, B., Kole, M. en Veen van, M. (2019). Methodisch werken aan verbinding bij psychische problematiek: Op zoek naar de match. Nijmegen: Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.
- Beckers, T., Koekkoek, B., Tiemens, B. en Hutschemaekers, G. (2018). Potential factors that determine successful referral from specialist mental-health services to less intensive treatment: A concept mapping study. *PLoS one* 13(6) e0199668. [doi.org/10.1371/journal.pone.0199668](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0199668)
- Berkman, L. F., Kawachi, I., & Glymour, M. M. (2014). *Social epidemiology*. Oxford University Press.
- Bruhn, J. G. (1991). People need people. *Perspectives on the meaning and measurement of social support*. *Integrative Physiological and Behavioral Science*, 26(4), 325–329.
- Ducharme, F., Stevens, B., & Rowat, K. (1994). Social support: Conceptual and methodological issues for research in mental health nursing. *Issues in Mental Health Nursing*, 15(4), 373–392.
- Tracy, E. M., & Johnson, P. J. (2007). Personal social networks of women with co-occurring substance use and mental disorders. *Journal of Social Work Practice in the Addictions*, 7(1–2), 69–90.
- Uchino, B. N., Bowen, K., Carlisle, M., & Birmingham, W. (2012). Psychological pathways linking social support to health outcomes: A visit with the “ghosts” of research past, present, and future. *Social Science & Medicine*, 74(7), 949–957.