

Notitie Herstel / Verslavingskunde Nederland t.b.v. winning teams of andere gremia aangaande het IZA

Datum: 23 maart 2023

Inleiding

Verslavingszorg werkt al geruime tijd vanuit het uitgangspunt dat mensen met een verslaving niet alleen willen 'herstellen' van hun verslavingsproblemen maar een herstel willen gaan ervaren op alle levensgebieden, aangepast aan hun draagkracht en draaglast. Maar welke betekenis geven we nu aan het concept/principe van herstel? En wat helpt nu bij herstel? Wat betekent dit concreet voor de naasten of (andere) professionals in de verslavingszorg of daarbuiten?

Verslaving

Verslaving is vaak een langdurig en complex probleem, dat meestal gepaard gaat met problemen op andere levensgebieden, zoals een slechtere gezondheid, een beperkt sociaal leven, werkloosheid, financiële problemen, contact met justitie en stigmatisering.

Deze factoren kunnen elkaar versterken of bijdragen aan de ernst en verloop van de verslaving. Het *herstelconcept* sluit hier goed bij aan omdat het rekening houdt met de complexiteit en terugvalgevoelige aard van verslaving. Vanuit de herstelvisie wordt verslaving gezien als een proces van vallen en opstaan. Het doet een beroep op degene met een verslaving om zélf actief bij te dragen en na te denken over het eigen herstelproces. Zo leert iemand op een andere manier naar zijn leven te kijken, ontdekt daarbij nieuwe mogelijkheden en versterkt zo de persoonlijke draagkracht. Degene ziet beter wat hij nodig heeft en wie in het sociale netwerk kan ondersteunen. Hiermee is het mogelijk om - samen met anderen - het eigen leven weer hernieuwd vorm te geven en volwaardig mee te doen in de maatschappij (*Laudet & White, 2008*).

Herstel

Herstel is een individueel proces en onderdeel van het normale leven. Het gaat om het ontwikkelen van veerkracht en het omgaan met - en het leven weer oppakken na - ontwrichtende ervaringen, zoals een verslaving. Een veel gehanteerde definitie van herstel is die van Anthony (1993): *'een individueel proces gericht op het hervinden van de persoonlijke identiteit en het hernemen van de regie op het leven'*.

Belangrijke elementen van herstelprocessen zijn (*Leamy, 2011*):

- Verbondenheid met anderen: contact met familieleden, vrienden, collega's en meedoen in de samenleving;
- Hoop: doorbreken van stilstand door verkennen en oprekken van grenzen;
- Identiteit: herdefiniëren van (verslavings)problemen en kwetsbaarheid en ontwikkelen van een positief zelfbeeld;
- Betekenisgeving: toekennen van nieuwe betekenissen aan gebeurtenissen (uit het verleden) en aandacht voor zingeving;

- Grip op het eigen leven: persoonlijke groei, opnemen van taken en rollen, keuzes maken.

Persoonlijk herstel is onlosmakelijk verbonden aan het zelf en de daaraan gerelateerde concepten als zelfbewustzijn, zelfreflectie, zelfwaardering en zelfbeeld (*Van der Stel, 2012*).

Wat helpt bij herstel?

In een grootschalig onderzoek (*van Onken e.a. 2002*) werden mensen met psychische en verslavingsproblemen bevroegd over wat hen helpt bij hun herstel. Naast crisisopvang en (toegang tot) goede behandeling en therapie, was dat vooral de ondersteuning van iemand die begrijpt wat de persoon in kwestie doormaakt, hem accepteert en hoop biedt. Ook vaardigheden om met een dreigende terugval om te gaan, zelfzorgvaardigheden en sociale vaardigheden werden genoemd, evenals de moed om risico's te nemen. En: bevredigend werk, fijne relaties, diversiteit in gewaardeerde rollen, financiële zekerheid, intimiteit en spiritualiteit.

Concreet:

- Contact via herstelgroepen en/of zelfhulpgroepen en betrekken van naasten.
- Deelnemen aan 'trainingen / cursussen' / vaardigheden leren.
- Invulling zoeken voor een zinvol bestaan met voldoende vrije ruimte en perspectief op een ander leven.
- Inzet van ervaringskennis en ervaringsdeskundigen.

De inzet van ervaringsdeskundigen is van cruciaal belang, zowel in het domein van de curatieve ggz en verslavingszorg (zorgverzekeringwet) als in het sociaal domein (veelal WMO gefinancierde zorg). Voor beide domeinen geldt dat ervaringsdeskundigen van niveau 3 t/m niveau 6 ingezet zouden moeten worden.

- Behandeling op de verslaving en comorbide problematiek.

Behandeling is een onderdeel van herstel maar niet het herstel zelf!

Achtergrondinformatie (2017 t/m 2022)

1. Het Handvest van Maastricht (2010)

Herstel is een individueel proces, dat mensen met verslavingsproblemen aangaan, om weer meer controle te krijgen over het bereiken van realistische concrete doelen en zingeving in hun eigen leven. De behandeling is een onderdeel van het herstelproces bij cliënten die dit niet op eigen kracht kunnen realiseren.

Bij maatschappelijk herstel is tevens inzet nodig van andere instellingen op alle in aanmerking komende leefgebieden, zoals wonen, werk en welzijn. De verslavingszorg biedt niet alle zorg, begeleiding of ondersteuning zelf.

Ervaringskennis is de erkende, derde kennisbron, naast wetenschappelijke en professionele kennis. De ervaringskennis van (ex)cliënten moet meer benut worden binnen de behandeling als onderdeel van herstel, die empowerment onder cliënten moet stimuleren.

2. Factsheet Verslaving & herstel Verslavingskunde Nederland (2017)

Herstel is een individueel proces en onderdeel van het normale leven. Het gaat om het ontwikkelen van veerkracht en het omgaan met – en het leven weer oppakken na – ontwrichtende ervaringen, zoals een verslaving. Een veel gehanteerde definitie van herstel is die van Anthony (1993): 'een individueel proces gericht op het hervinden van de persoonlijke identiteit en het hernemen van de regie op het leven'.

Belangrijke elementen van herstelprocessen zijn (Leamy, 2011):

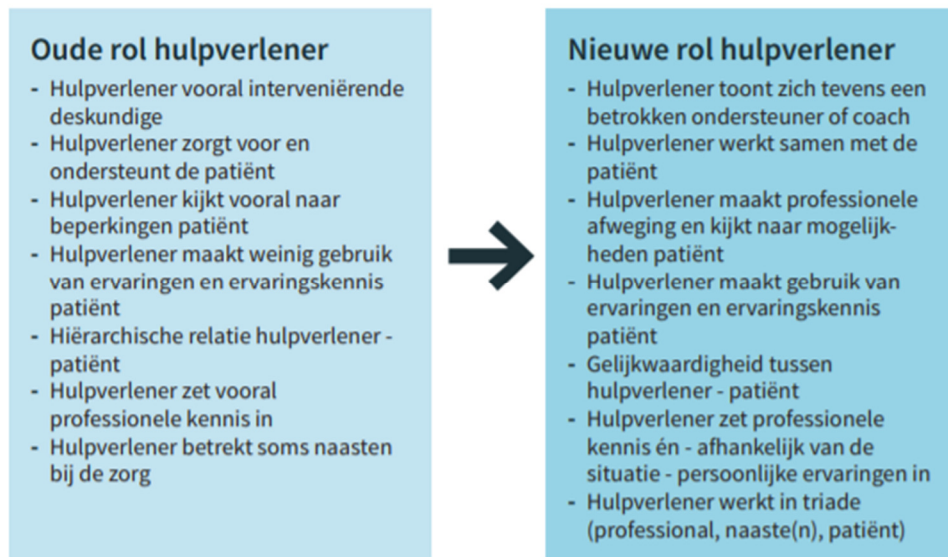
- Verbondenheid met anderen: contact met familieleden, vrienden, collega's en meedoen in de samenleving;
- Hoop: doorbreken van stilstand door verkennen en oprekken van grenzen;
- Identiteit: herdefiniëren van (verslavings)problemen en kwetsbaarheid, en ontwikkelen van een positief zelfbeeld;
- Betekenisgeving: toekennen van nieuwe betekenissen aan gebeurtenissen (uit het verleden) en aandacht voor zingeving;
- Grip op het eigen leven: persoonlijke groei, opnemen van taken en rollen, keuzes kunnen maken.

Hoe kunnen hulpverleners herstel ondersteunen?

Herstel is een uniek en persoonlijk proces, dat voor iedereen anders is. Dit betekent dat ieder mens het zelf moet doen, maar zeker niet alleen.

Ondersteuning van anderen betekent veel voor mensen die werken aan hun herstel. Belangrijk voor die ondersteuning is dat de leefwereld, het levensverhaal, de wensen, behoeften, krachten en mogelijkheden van degenen die werken aan hun herstel leidend zijn. Ondersteuning moet aansluiten bij het eigen unieke persoonlijke herstelproces.

3. Generieke Module Herstelondersteuning (2021)



4. Het rapport 10 jaar na het Handvest van Maastricht (2021)

Er is de afgelopen tien jaar veel gebeurd op het gebied van herstel en ervaringskennis. Herstelondersteunende zorg en ervaringsdeskundigheid, twee pijlers van het Handvest hebben ingang gevonden in de verslavingszorg. Er zijn mooie voorbeelden en er liggen volop kansen herstelondersteunend werken en de inzet van ervaringskennis verder te ontwikkelen. Op basis van deze verkenning stellen we voor dat:

- De 'behandel- en herstelwerelden' meer gaan samenwerken en uitwisselen.
- Ervaringsdeskundigheid als discipline/vak verder wordt ontwikkeld en erkend.
- Er een (herkenbare) herstelinfrastructuur op organisatieniveau wordt ontwikkeld:
 - o Opleiden cliënten en professionals met ervaring
 - o Herstelgroepen
 - o Plaats maken voor ervaringsdeskundigen
 - o Inbedden van losse projecten met ervaringsdeskundigen in 'herstelinfrastructuur'
- Het bewustzijn wordt vergroot dat behandeling onderdeel is van herstel (en niet andersom).
- Financiering van ervaringsdeskundigen verbetert.
- Er blijvend en publiek wordt nagedacht (spreken en schrijven) over de invulling (operationalisering) en afbakening van relevante herstelbegrippen. Het is daarnaast nodig om de kennis over herstelondersteunende zorg verder te verdiepen. Dat kan door deze kennis – bijvoorbeeld in een leernetwerk – op te halen in eigen kring, met ondersteuning van kennisinstellingen en via samenwerking met andere partijen die herstelondersteunende zorg of begeleiding hebben ontwikkeld of willen gaan bieden, zoals verschillende gemeenten.

5. Verder is er op dit moment een grootschalig onderzoek van het IVO gaande gericht op herstelondersteunende zorg en de bouwstenen daarvoor. Het onderzoek heet: *'Bouwstenen voor een herstelondersteunende leefomgeving bij verslavingsbehandeling'*.

De achtergrond van dit onderzoek is:

Uit recent onderzoek blijkt dat de behandeling en ondersteuning bij herstel vaak onvoldoende worden georganiseerd rondom de persoon met een verslaving en hun naasten. De samenhang en continuïteit van verschillende manieren om herstel te ondersteunen en te financieren schieten ook te kort. Te vaak eindigt een verslavingsbehandeling terwijl er nog behoefte aan ondersteuning is. Dit kan herstel in de weg staan. In dit praktijkonderzoek gaan we op zoek naar bouwstenen voor een herstelondersteunende leefomgeving bij verslavingsbehandeling.

Door eerder onderzoek weten we steeds meer over wat het herstel kan ondersteunen. Zo'n herstelondersteunende manier van werken zou naadloos gefaciliteerd moeten worden vanuit de verslavingszorg, mét en ín het sociaal domein. Dan kan zorg en ondersteuning beter aansluiten op wat personen met een verslaving en hun sociale omgeving op lange termijn nodig hebben.