

## Programma Arbeid

### Wie zijn wij?

Het programma Arbeid is een samenwerkingsverband tussen de afdelingen GGNet Volwassenen Kortdurende Behandeling, GGNet Preventie en Scelta, expertisecentrum voor persoonlijkheidsproblematiek. Doel van het programma is dat de werksituatie van onze cliënten een vanzelfsprekende plaats heeft binnen ons behandelaanbod.

### Wat is onze missie?

Wie kan liefhebben en werken is geestelijk gezond. Dit citaat van Harry Stroeken<sup>1</sup>, ontleend aan Freud, wijst op de nauwe samenhang tussen het sociaal-maatschappelijk functioneren en de psychische gezondheid. De relaties die je hebt en het werk wat je doet, zijn van grote invloed op je gevoel van welbevinden.

Omdat we in de geestelijke gezondheidszorg heel goed weten hoe bepalend het sociaal functioneren is voor de geestelijke gezondheid, geven we sociale vaardigheidstraining, bieden we interpersoonlijke therapie aan, maken we veelvuldig gebruik van groepstherapieën, doen we partnerrelatietherapieën en betrekken we regelmatig partners, ouders e.d. bij de behandeling van onze cliënten.

Met de aandacht voor het sociaal functioneren lijkt het dus wel goed te zitten. Maar hoe is het gesteld met onze aandacht voor die andere factor, met name de werksituatie?

Tot voor kort was die aandacht allerm minst vanzelfsprekend. Veel hulpverleners leken de werksituatie, net als de cliënten zelf, te ervaren als een lastig gebied dat je maar beter kunt vermijden of op zijn minst uitsluiten zolang de behandeling loopt. We gingen er van uit dat eerst de klachten over moeten zijn voordat iemand weer kan werken. Met als gevolg dat mensen met bijvoorbeeld overspanningsklachten maandenlang thuis zaten, hopen dat rust hun problemen zou oplossen. Intussen bleven ze piekeren over het werk terwijl de afstand tot dat werk steeds groter werd en terugkeer steeds moeilijker. De werkproblemen bleven als een 'zwaard van Damocles' boven hun hoofd hangen, waardoor ze enerzijds niet tot rust konden komen en anderzijds niet konden terugkeren. Deze klemsituatie eindigde voor veel mensen in de WAO, waarmee dan de rust terugkeerde maar met als prijs dat men niet meer deelneemt aan een belangrijk levensterrein en dus ook niet meer profiteert van de voordelen daarvan.

De les die uit het verleden kan worden getrokken is dat bij psychische problemen het herstel van de klachten en terugkeer naar het werk hand in hand moeten gaan en elkaar juist kunnen versterken. Het beperken van de behandeling tot één van deze gebieden leidt gemakkelijk tot stilstand op *beide* gebieden. Dat is de visie achter het programma Arbeid. Uiteraard met oog voor de individuele situatie; soms zijn de klachten zo hevig dat werken (nog) niet haalbaar is en soms is de werksituatie zo problematisch dat terugkeer (nog) niet mogelijk is.

Het doel van het programma Arbeid is dat de werksituatie van cliënten een meer vanzelfsprekende plaats krijgt binnen de behandeling. Bij de ene cliënt kan dit betekenen dat de focus primair op het werk komt te liggen, bij een ander dat geconcludeerd wordt dat de werksituatie geen specifieke aandacht behoeft en bij weer een ander dat er naast een reguliere behandeling een arbeidsgerelateerde module wordt gevolgd.

## Welke interventies zijn beschikbaar?

- *Training Werkstresshantering.*  
Deze training is bedoeld voor mensen die (nog) aan het werk zijn en chronisch last hebben van werkstress. Deelnemers wordt geleerd effectief om te gaan met stressoren in het werk (coping), zodat stress en stressklachten afnemen. Vaardigheden zoals realistisch denken, assertiviteit, sociale steun en omgaan met meningsverschillen worden getraind en men maakt een toekomstplan om het geleerde vast te houden.
- *Training 'Aan het werk'.*  
Deze training is bedoeld voor mensen die - als gevolg van psychische problematiek - er onvoldoende in slagen op eigen kracht een gezonde werksituatie te creëren. Veelal gaat het om mensen die langere tijd hebben verzuimd vanwege psychische klachten (of in de WAO zaten) en drempels ervaren bij het (gedeeltelijk) hervatten van werk. Het doel is die drempels te verlagen en de kans op terugval te verkleinen. Deelnemers worden gestimuleerd problemen actief en in open communicatie met de werkgever of bedrijfsarts aan te pakken. Zij werken stapsgewijs aan individuele doelen om meer zelfvertrouwen te krijgen en gewenste veranderingen aan te brengen op het werk en in hun gedrag. Voorwaarde voor deelname is dat men (vrijwilligers) werk heeft en minimaal twee dagdelen per week gaat reïntegreren.
- *Individuele behandeling met arbeidsgerelateerde problematiek als primaire focus.*  
Dit aanbod kan bijvoorbeeld geschikt zijn voor mensen die als gevolg van een arbeidsconflict in de problemen zijn geraakt (terwijl ze daarvoor goed functioneerden) of voor mensen met een burnout.
- *Samenwerking met DaAr.*  
Voor alle onderdelen van het programma Arbeid geldt dat het gaat om behandeling en training van mensen met psychische problemen, met als doel dat zij beter gaan functioneren in de werksituatie. Cliënten bij wie de primaire vraag is het vinden van passende dagbesteding, worden verwezen naar DaAr. Dit geldt dus ook voor mensen die geen werkgever (meer) hebben en er niet in slagen zelf een baan te vinden of vastlopen in procedures rondom ziekte en uitkering. Uiteraard kunnen de interventies vanuit het programma Arbeid en de begeleiding van DaAr ook in combinatie met elkaar plaatsvinden. Zo zullen deelnemers aan de training Aan het werk vaak ook een contact hebben (gehad) met een trajectbegeleider van DaAr.

## Informatie

Voor nadere inlichtingen over het programma kunt u contact opnemen met:

Dhr. H.G. Groot Koerkamp, trainer en programmacoördinator  
Telefonisch bereikbaar op 055-3686380.

Verder zijn bij het programma betrokken:

Mw. T. Werkhoven, sociotherapeut, trainer

Mw. L. Groothuis, psychomotorisch therapeut

---

<sup>1</sup> Zie pagina 44 uit: Stroeken, Harry (1999). *Zoeken naar zin. Psychotherapie en existentiële vragen*. Amsterdam: Boom.