



Pilot cursus (beeldende werkvormen)

Onderzoeksrapportage

Creatieve Therapie 2010

Marcella Hilbers 1535014

Beoordelaar: Jaap Driest
Consulent: Ellen Witteveen

Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Inleiding	4
1. Context	5
1.1 Geschiedenis creatieve therapie	5
1.1.1 Creatieve therapie	5
1.2 Mantelzorgers van mensen met NAH	6
2. Vooronderzoek	9
2.1 Wat maakt de inzet van een 'kunstzinnige' activiteit tot therapie?	9
2.1.1 De gevarieerde samenleving	9
2.1.2 Creabiliteit	10
2.1.3 Rehabilitatie	11
2.1.4 Symposium herstelondersteunende zorg	12
2.1.5 De kunsten van het leven	12
3. Onderzoeksopzet	14
3.1 Probleemstelling	14
3.1.1 Doelstelling en onderzoeksvragen	15
3.2 Gehanteerde methodiek	15
3.2.1 Pilot	16
3.2.2 Type onderzoek	16
3.2.3 Dataverzamelingstechniek	16
3.3 Onderzoeksproces	17
3.3.1 Wijze van dataverzameling	17
3.3.2 Respondentengroep	18
3.3.3 Resultaten	18
3.4 Analyse aanpak	19
4.0 Resultaten en bevindingen	21
4.1 resultaten en bevindingen naar aanleiding van de deelvragen	21
4.2 Aanbevelingen	28
5.0 Beschouwing	32
5.1 Discussie	32
5.2 Conclusie	35
5.3 Samenvatting	36
Geraadpleegde literatuur	37

BIJLAGE 1: ingevulde observatieschema's. Analyse stap 1 + 2

BIJLAGE 2: cursus mantelzorgZorg (beeldend)

BIJLAGE 3: informatie mantelzorgZorg voor nieuwsbrief (werving)

BIJLAGE 4: uitnodigingsbrief mantelzorgers

BIJLAGE 5: observatievragen

BIJLAGE 6: richtlijn voor interview

BIJLAGE 7: presentatie

Voorwoord

Voor u ligt de onderzoeksrapportage op basis waarvan de cursus 'MantelzorgZorg' is bijgesteld. Deze bijgestelde cursus treft u in een aparte uitgave welke afzonderlijk van het onderzoeksrapportage gelezen kan worden.

Zowel de onderzoeksrapportage als de cursus zijn geschreven in het kader van mijn afstuderen aan de opleiding creatieve therapie.

Met dit onderzoek beoog ik aan te tonen dat de effecten van de cursus MantelzorgZorg van dien aard zijn dat de cursus een meerwaarde heeft in de zorg voor de mantelzorgers van mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel.

Graag wil ik mijn dank betuigen aan de mantelzorgers die bereid zijn geweest te participeren binnen het pilotonderzoek. Zij hebben er voor gezorgd dat de inhoud en de kwaliteit van de cursus in een verbeterde vorm ontwikkeld kon worden.

Tevens wil ik iedereen bedanken die mij heeft ondersteund, geïnspireerd en heeft geholpen tijdens het doen van dit onderzoek en de ontwikkeling van de cursus MantelzorgZorg.

Marcella Hilbers, mei 2010

Inleiding

Vanuit het kader waarbinnen ik werk met mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel (vanaf nu NAH) en mijn deelname aan het project 'Goeie Snap' (een onderzoeksproject waarbinnen gekeken wordt naar het verbeteren van de communicatie tussen de cliënt met NAH, zijn netwerk en de professional), is mijn interesse naar de mantelzorger van mensen met NAH (vanaf nu 'mantelzorger') steeds groter geworden. Binnen de instelling waar ik werk was ik regelmatig ooggetuige van hoe deze mantelzorgers in de knel leken te komen tussen de zorg van hun naaste in combinatie met het doorgaan of het weer oppakken van hun eigen leven. Vanuit vragen als; hoe houden deze mensen het vol, zijn deze mensen wel 'in beeld' en worden deze mensen wel voldoende ondersteund, deed ik vorig jaar (tezamen met 4^e jaars muziekstudent Dewy Karsten Schüler) onderzoek naar welke bijdrage creatieve therapie (CT) kan leveren in de zorg voor de mantelzorger van mensen met NAH. Voor dit onderzoek werden in totaal tien mantelzorgers geïnterviewd. Deze interviews leverden inzichten op in de steunende en belastende elementen, ervaren vanuit de mantelzorger zelf. Op basis van deze elementen werd een cursus ontwikkeld, gericht op de ondersteuning van de mantelzorger van mensen met NAH.

Het vorige studiejaar 2008/2009 eindigde met het behalen van de CT-stimuleringsprijs voor deze cursus die wij 'MantelzorgZorg, Vind je eigen kracht' noemde. Het was een prachtige kroon op ons werk en fijn sluitstuk van het studiejaar.

Dit jaar ben ik met bruisende zin gestart om voor mijn afstuderen de cursus uit te gaan proberen en te onderzoeken welke effecten ermee te behalen zijn; ik had vanuit het netwerk NAH inmiddels ook signalen gekregen dat men de cursus graag wilden inzetten en de wereld leek open....., maar dan begint het pas, want: hoe ga je te werk? Waar en bij wie wordt de cursus uitgetest en waarom daar? En, ik heb het over een cursus en niet over therapie; waar liggen de 'grenzen' voor de creatief therapeut en waar spreek je over het verbreden van het werkgebied? Ook bleek uit het vorige onderzoek dat mantelzorgers een moeilijk te benaderen doelgroep zijn omdat zij zichzelf niet zien als hulpbehoevende, zijn deze mantelzorgers dan opeens te bereiken door het inzetten van de cursus? Allemaal essentiële vragen die niet allemaal binnen het kader van dit onderzoek te beantwoorden zijn. Ik moest een keuze maken.

Deze onderzoeksrapportage beschrijft het proces waarin de MantelzorgZorg cursus (het beeldende aanbod) als pilot gegeven wordt en geeft antwoord op de vraag *"In hoeverre levert de cursus 'MantelzorgZorg' een bijdrage in de ondersteuning van de mantelzorgers van mensen met NAH, na éénmalige deelname?"*

Vanuit de context waarbinnen dit onderzoek plaatsvindt (hoofdstuk 1) wordt vervolgens in hoofdstuk 2 door middel van literatuuronderzoek gekeken naar waar de grenzen voor de creatief therapeut liggen en waar je spreekt over het verbreden van het werkgebied.

In hoofdstuk 3 wordt de onderzoekopzet beschreven met daarin respectievelijk aandacht voor de probleemstelling, de hoofdvraag, deelvragen, doelstellingen en het onderzoeksontwerp.

In hoofdstuk 4 wordt ingegaan op de resultaten en de bevindingen. Deze onderzoeksrapportage sluiten met een conclusie, discussie en samenvatting (hoofdstuk 5).

1. Context

Om de relevantie van dit onderzoek inzichtelijk te maken begint deze onderzoeksrapportage met een beschrijving van de context waarin dit onderzoek plaatsvindt; het vak CT en de mantelzorger van mensen met NAH.

Allereerst wordt het vak CT vanuit een historisch en inhoudelijk perspectief toegelicht, om vervolgens de mantelzorger van mensen met NAH toe te lichten vanuit een algemeen-, NAH- en zorgaanbod perspectief.

De derde paragraaf sluit af met uitleg over het eigenlijke startpunt van dit onderzoek; de cursus 'MantelzorgZorg'.

1.1 Geschiedenis Creatieve Therapie¹

In het begin van de jaren tachtig van de vorige eeuw werd voor de opleidingen creatieve therapie de ministeriële erkenning officieel geregeld. Daarvoor had een ontwikkeling plaatsgevonden waarin, door de wederopbouw na de Tweede Wereldoorlog, steeds meer vraag kwam naar geschoold personeel. Hierdoor ontwikkelden de activerende – of bezigheidstherapeuten een eigen systematiek. In 1987 werd het beroepsregister voor creatief therapeuten vastgesteld en in 1992 het beroepsprofiel. Deze professionaliseringsslag werd alleen niet officieel gedragen door de praktijk; het gaf geen duidelijke positie binnen de GGZ of één van de andere werkvelden. In de beroepsgroepen leidde dit tot bezinning over de meest wenselijke positie binnen de gezondheidszorg. Het antwoord werd gezocht in kwaliteitsbeleid: bewaken en verbeteren van kwaliteit. Vanaf 2000 vond een slag plaats in de wetenschappelijke fundering van de beeldende therapie. Vaktherapeuten gingen meewerken aan de ontwikkeling van multidisciplinaire richtlijnen in de GGZ.

In 2006 is de federatie van vaktherapeutische beroepen (FVB) opgericht en de voormalige sectie 'beeldend' heeft nu de naam: Nederlandse Vereniging voor Beeldende Therapie (NVBT).

De snelheid waarmee de beroepsgroep van creatief therapeuten zich aanpast aan maatschappelijke ontwikkelingen, is bijna net zo sprekend als de feitelijke, inhoudelijke en organisatorische veranderingen van het werk-en opleidingsveld van de creatief therapeut zelf. De maatschappelijk zwakke positie die creatieve therapie in het verleden innam door o.a. een gebrekkige identiteit en te weinig theorievorming, is op een aantal belangrijke punten bijgesteld.

Sinds het ontstaan van kenniskringen en masteropleidingen aan hogescholen wordt vanaf 2002 veel onderzoek uitgevoerd, waarbij in tegenstelling tot zo'n tien jaar geleden veel meer bachelor- en masterstudenten en docentonderzoekers bij betrokken zijn.

De wetenschappelijke basis van het beroep is daardoor duidelijk verstevigd, en daarmee wordt ook duidelijk welke plaats creatieve therapie naast andere therapieën in kan nemen. Daarvoor is het wel noodzakelijk dat het onderzoek zich in gunstige zin blijft ontwikkelen.

Het is van belang dat creatief therapeuten hun competenties en evidence based methodiek voor het voetlicht plaatsen en tegenover andere behandelaars hun professionele positie opeisen.

1.1.1 Creatieve Therapie

Creatieve therapie is een vorm van therapie waarbij middelen als muziek, kunst, dans of drama (voorheen ook tuintherapie) worden ingezet bij psychische problemen of stoornissen, handicaps en cognitieve beperkingen. Het wordt daarom vaak een non-verbale vorm van therapie genoemd, omdat de therapeutische processen in en met het medium worden beleefd. Uiteraard is er niet altijd sprake van non-verbale therapie, omdat er ook vaak gereflecteerd wordt op het handelen en de processen die zich binnen de therapie voordoen. Dit is afhankelijk van de doelgroep en de cognitieve mogelijkheden van de cliënten.

Binnen de beeldende therapie worden verschillende methoden gebruikt. Eén daarvan is het Analoge proces model; dit model benadrukt de overeenkomst tussen vormgevingspatronen van de cliënt in

¹ Informatie 1.1 is een samenvatting afkomstig uit het Handboek voor Creatieve Therapie (Smeijsters '08) en het Handboek Beeldende Therapie (Schweizer, '09)

beeldende therapie en de wijze waarop deze cliënt denkend, voelend en handelend vormgeeft aan situaties in het dagelijks leven².

De manier waarop de cliënt tot een keuze komt, de mate waarin hij structuur aanbrengt in zijn handelen, de wijze waarop hij tot een vorm komt en hoe hij materiaal hanteert, vertellen iets over zijn manier van vormgeven in andere situaties.

Een belangrijk aspect is dat ervan uitgegaan wordt dat de eigenschappen van het medium nauw aansluiten op het niveau van het kernzelf.

Het medium appelleert in eerste instantie niet aan cognitieve processen als reflecteren, maar juist aan het directe, onmiddellijke ervaren in het hier – en – nu. De cliënt wordt door middel van het medium in staat gesteld om in het hier – en – nu tot een andere manier van vormgeving te komen en daardoor ook andere ervaringen op te doen.

Hierdoor wordt het kernzelf, dat ook het denken, handelen en voelen in situaties buiten de therapie stuurt, beïnvloed.

Binnen CT kan een cliënt op ander niveau contact aangaan met de therapeut. Het mediumgebruik geeft laagdrempelig toegang tot het laten zien van jezelf en tot het aangaan van nieuwe ervaringen. CT biedt cliënten een andere mogelijkheid om hun emoties te leren uiten en CT kan daarnaast ook handvatten bieden aan de zorg in het leren omgaan met de gedragsproblemen van de cliënt. CT levert steeds meer een bijdrage in het benoemen van aspecten/ervaringen van de cliënt die tot nu vaak onzichtbaar waren; bijvoorbeeld het kunnen verklaren van cliënten hun gedrag vanuit het gevoelsleven van de cliënt, of vanuit de (on)mogelijkheden.

Ook in het contact aangaan met de omgeving van de cliënt, kan de creatief therapeut een bijdrage leveren; de therapeut kan de kennis van de omgeving 'gebruiken' bij het inzicht krijgen in de cliënt en andersom kan de therapeut, zo nodig, de omgeving handvatten bieden in het contact maken met de cliënt. Daarnaast kan CT als ondersteuning aangeboden worden, in het vaak moeilijke proces die de directe mensen uit de omgeving doormaken.

1.2 Mantelzorgers van mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel

Mantelzorger algemeen

Mantelzorg is zorg die niet in het kader van een hulpverlenend beroep wordt gegeven aan een hulpbehoevende door één of meerdere leden van diens directe omgeving, waarbij de zorgverlening direct voortvloeit uit de sociale relatie³.

Er zijn in Nederland 3,4 miljoen mantelzorgers van 18 jaar en ouder, waarvan 2,6 miljoen langdurige zorg verlenen. De grootste groep van deze mantelzorgers is vrouw (61%), gevolgd door het kind van de hulpbehoevende (58%).

De meeste mantelzorg wordt geboden aan ouders of schoonouders (39%), daarna vrienden (19%). De zorg voor partner wordt gedaan door 15% en voor eigen kind 9%. 17% van de mantelzorgers is ernstig overbelast.

Volgens Dr. Eize Wielinga wordt de overbelasting bepaald door verschillende factoren; de aard van de hulp die geboden wordt, het effect dat het heeft op het leven van de mantelzorger, de objectieve belasting (als begrip en waardering ontvangen) en de subjectieve belasting (de beleving van de mantelzorger; kan men ermee omgaan, accepteert men de situatie, waar haalt men de motivatie vandaan). De objectieve belasting wordt als minder belastend ervaren; de situatie wordt dus zwaarder als men zelf niet met de situatie om kan gaan⁴.

² Het analoge procesmodel is ontwikkeld door Smeijsters. Het model is eerst ontwikkeld voor muziektherapie. Een vertaling naar de beeldende therapie heeft plaatsgevonden in 2000. (uit Handboek beeldende therapie, Schweizer, C.)

³ Definitie vastgesteld door de Nationale Raad voor de Volksgezondheid

⁴ Afkomstig uit onderzoek Sociaal en Cultureel Planbureau, gepresenteerd op de MantelzorgTop dag (10-11-'08 A'dam)

Niet Aangeboren Hersenletsel⁵

Iemand heeft een Niet Aangeboren Hersenletsel als het hersenletsel is ontstaan in de loop van het leven als gevolg van ziekte of ongeval. Het centrale kenmerk is een 'breuk in de levenslijn'; er is een verschil tussen het leven voor het letsel en het leven na het letsel. Bij kinderen is er een breuk in de ontwikkeling en bij volwassenen een breuk in de opgebouwde vaardigheden.

Hersenletsel heeft ingrijpende gevolgen. Het denken en doen van de persoon met hersenletsel is veranderd. Het lijkt alsof iemand anders is geworden. Hersenletsel heeft gevolgen voor iemands karakter/persoonlijkheid welke moeilijk in kaart te brengen zijn.

Voor de persoon zelf is dit verschrikkelijk, maar ook de omgeving is slachtoffer.

Het zorgtraject waarin de persoon met NAH zich bevindt, wordt onderverdeelt in verschillende fasen: de acute fase (is de fase waarin de persoon wordt opgenomen in het ziekenhuis), de revalidatiefase (de fase gericht op revalidatie) en de chronische fase (de fase waarin de blijvende karakterveranderingen op de voorgrond treden). Het verder verduidelijken van deze fasen wordt binnen dit onderzoek niet gedaan omdat het vaak ook onduidelijkheden geeft wanneer deze benaming gehanteerd wordt; harde scheidingslijnen zijn moeilijk te trekken. Binnen dit onderzoek gaat het over de cliënt met NAH (en diens omgeving) in de chronische fase.

Mantelzorger van mensen met NAH⁶

Het ontstaan van het hersenletsel is vaak een traumatische gebeurtenis; het ontstaat onverwachts, van het ene moment op het andere.

De eerste periode na het ongeval is alle aandacht gericht op de persoon met het letsel en de behandeling. Er is weinig aandacht voor de zware situatie van de mantelzorger.

Het verwerkingsproces van de persoon met hersenletsel en de naastbetrokkenen gaan, door de verschillende belevingen en posities, haast nooit gelijk op. Soms stagneert het verwerkingsproces bij de direct betrokkenen en hanteren zij irrealistische verwachtingen over de kansen van verbetering. Zij willen en kunnen dan de werkelijkheid niet onder ogen zien. Daarbij komt dat de naastbetrokkenen vaak niet aan een verwerkingsproces kunnen beginnen omdat nog niet duidelijk is hoe de eindsituatie van de persoon met hersenletsel zal zijn. Met het verstrijken van de tijd ontstaat er in sommige gezinnen een gevoel van wanhoop omdat de gevolgen van het hersenletsel te zwaar zijn. Te zwaar omdat duidelijk wordt dat de persoon met NAH langdurige zorg nodig zal hebben.

De zorg voor iemand met NAH vraagt niet alleen tijd en ervaring, het vraagt ook geduld, kracht, aandacht en nog veel meer; alle dagelijkse beslommingen gaan gewoon door en de mantelzorgers moeten vaak weer gewoon 'meedraaien' in het dagelijks leven. Het is daarom van groot belang dat de partner aandacht blijft besteden aan de eigen emoties. Geen wonder dat het laatste vaak er bij inschiet.

Er zijn verschillende vormen van begeleiding mogelijk, echter, gebleken is dat partners meestal kiezen voor individuele begeleiding uit angst de problemen van anderen erbij te krijgen. Gevoelens van schuld en falen hebben een vertragende werking op het vragen van hulp. Deze schuldgevoelens worden vaak versterkt door de omgeving die vaak verkeerd reageert op de moeilijke situatie van de mantelzorger.

Uit ervaring en onderzoek is gebleken dat mantelzorgers van mensen met NAH een moeilijke doelgroep is om te bereiken om 'zorg' aan te verlenen; mantelzorgers beschouwen zichzelf niet snel als hulpbehoevend. Zij maken hun eigen behoeften ondergeschikt aan die van de persoon voor wie ze zorgen en/of ze onderkennen hun eigen behoeften niet.

⁵ Informatie afkomstig uit 'Hersenletsel: achtergronden en aanpak', Eilander, H., Belle-Kusse, van P. & Vrancken, P. '06

⁶ Deels afkomstig uit onderzoeksrapportage 'MantelzorgZorg' Karsten Schöler, D. & Hilbers, M. '09

Mantelzorgondersteuning⁷

De overgrote meerderheid van de mantelzorgers is op de hoogte van het bestaan van één of meer ondersteunende voorzieningen. Eén op de tien mantelzorgers heeft veel behoefte aan advies en wil ondersteuning bij het verwerven van mantelzorgvaardigheden door middel van bijvoorbeeld groepstraining of een gesprek met iemand van een telefonische hulpdienst. 11% van de mantelzorgers heeft veel behoefte aan respijt waardoor de mantelzorger tijd vrij heeft.

De mate waarin men gebruik maakt van voorzieningen varieert sterk. De voornaamste redenen om geen gebruik te maken van aanwezige voorzieningen zijn dat men geen ondersteuning meer nodig had en de onbekendheid met vormen van ondersteuning. Sommigen zien knelpunten in de ondersteuning of verwachten geen baat te hebben van ondersteuning.

Eén op de drie mantelzorgers geeft aan dat de druk van het helpen minder is geworden door de ondersteuning die men ontvangt. Uitkomsten vanuit onderzoek lijken erop te duiden dat wanneer ondersteuning (te) laat komt, de belasting wel gereduceerd kan worden, maar niet (meer) volledig kan worden gecompenseerd.

45% van de mantelzorgers ervaart een matige tot ernstige belasting door informele hulpverlening. Ongeveer 17% voelt zich in de greep gehouden door het eigen plichtsgevoel en het combineren van hulpverlening en taken in werk en gezin.

MantelzorgZorg

Vanuit de vraag of creatieve therapie een goede aanvulling zou kunnen bieden op het huidige zorgaanbod voor de mantelzorger, heb ik samen met (muziektherapeut) Dewy Karsten Schüler onderzoek gedaan door middel van het afnemen van interviews. Uit deze interviews zijn steunende en belastende elementen die mantelzorgers ervaren benoemd door de mantelzorgers en op basis van deze elementen is de cursus 'MantelzorgZorg' ontwikkeld.

MantelzorgZorg bestaat uit een beeldend- en muziekaanbod welke afzonderlijk van elkaar kunnen worden aangeboden. Binnen 'MantelzorgZorg' kennen zowel het muziek als het beeldend aanbod twee fasen; een (eerste) cursus fase en een (tweede) therapeutische fase.

De reden dat 'MantelzorgZorg' uit twee fasen bestaat komt voort uit het feit dat deze doelgroep moeilijk in beeld te krijgen en te bereiken is: mantelzorgers beschouwen zichzelf niet snel als hulpbehoevend. Zij maken hun eigen behoeften ondergeschikt aan die van de persoon voor wie ze zorgen en/of ze onderkennen hun eigen behoeften niet.

Door de mantelzorgers in de eerste fase niet aan te spreken als iemand die therapie nodig heeft, maar als iemand die het verdient om tot ontspanning te kunnen komen, wordt als het ware de drempel verlaagd en daarmee wordt de kans op deelname verhoogd. Hierop kom ik later terug.

⁷ Afkomstig uit 'Mantelzorg. Een overzicht van de steun van en aan mantelzorgers 2007 SCP, '09

2. Vooronderzoek

Het vooronderzoek start vanuit de vraag waar de 'grenzen' van CT liggen en waar het verbreden van het werkgebied begint.

Door literatuuronderzoek waaronder bestaande onderzoeken, het bijwonen van een symposium en werkconferenties en het voeren van gesprekken met professionals, verantwoord ik het geven van een cursus als verbreding van het werkgebied CT.

De onderstaande tekst geeft een beknopte weergave van mijn literatuuronderzoek.

De bronvermelding is opgenomen in de literatuurlijst.

2.1 Wat maakt de inzet van een 'kunstzinnige' activiteit tot therapie?

Dit praktijkonderzoek heeft als doel inzicht te krijgen tussen wat een creatief therapeut versus agoog precies doen op het gebied van methodisch handelen. Door het interviewen van verschillende professionals binnen de zorg wordt informatie verkregen ter beantwoording van de hoofdvraag.

De verschillen tussen therapeut en agoog die uit het onderzoek zijn gekomen zijn de volgende: de therapeut kijkt naar de achtergronden van de cliënt en probeert hier verbanden mee te leggen. De therapeut werkt verdiepend en stelt ook verdiepende doelen. De therapeut probeert een veilig kader te creëren waarbinnen de cliënt uitgedaagd wordt tot stappen te komen. De therapeut doet sturende interventies.

Een belangrijk verschil tussen de therapeut en een agoog is dat de agoog meer in het hier- en - nu werkt en minder de achtergrond van de cliënt betreft. De agoog probeert aan te sluiten bij de cliënt en heeft voornamelijk het doel de cliënt een plezierbeleving te laten ervaren. Het doorwerken op problemen wordt achterwegen gelaten. De agoog doet meer steunende interventies.

De conclusie in het onderzoek luidt:

'Therapie is in eerste plaats bewustwording. De cliënt leert zichzelf kennen op het gebied van het ontdekken van zijn mogelijkheden, de herkomst van bepaalde gevoelens en daaraan gekoppeld gedrag en uitingen. Het medium wordt soms ondersteunend ingezet, maar de cliënt gaat voornamelijk in het medium een bepaald proces in.

Ten tweede betekent therapie verandering. Therapie hoeft niet te betekenen dat er een proces ingezet wordt waarin de cliënt uiteindelijk genezen wordt verklaard, maar er worden wel stappen gemaakt in het kader van onder andere symptoomreductie. Therapie is het op gang brengen van verandering, is gericht op het krijgen van inzicht en het doel van therapie is het aanleren van nieuw gedrag. De agoog stelt zich meer volgend in op de cliënt, past aan en ondersteunt.

2.1.1 "De nieuwe professional"⁸

De literatuur stelt dat in de huidige zorgsituatie weinig sprake is van samenhang. Er wordt een beeld geschetst 'dat het meestal wel goed komt', maar eerder ondanks, dan dankzij een goede samenhang.

De vraag wordt gesteld of de professional niet teveel wordt opgeleid tot specialist?

Is het specialiseren in de zorg niet teveel doorgeschoten? Sluit de professional zich niet teveel af van alles wat buiten hun specialisme valt?

Interventies zijn nu gericht op routine en niet op gericht op het omgaan met de samenhang binnen het dagelijks bestaan van de cliënt. Het is opvallend hoe weinig de cliënt als uitgangspunt genomen wordt, met zijn domein en zijn eigen regie.

Vanuit deze achtergrond vraagt de schrijver zich af wat voor soort professional er nodig is om persoonsgerichte zorg te kunnen garanderen. Hierbij worden de volgende 'voorwaarden' genoemd:

- In de praktijk blijkt dat het vaak de professional is die op weinig democratische wijze bepaalt wat goed is om te doen. De betrokkene heeft hierin geen volwaardige stem. De burger moet gelijkwaardig worden bejegend. Weten wat goed is voor de ander kan alleen in samenspraak worden bepaald, waarbij de ander serieus genomen moet worden. De 'zorgafhankelijke ander'

⁸ "De nieuwe professional" bevat informatie uit hoofdstuk 7 van het boek 'De gevarieerde samenleving'. Dit boek gaat over een gevarieerde samenleving als utopie, waarin gelijkwaardigheid en diversiteit samen gaan.

bepaalt welke onderdelen van het dagelijks bestaan aan de orde zijn. De verhouding tussen professionaliteit van de zorgverlener en respect voor de cliënt dient in balans te zijn.

- Iemand die afhankelijk is van zorg bevindt in een afhankelijke en kwetsbare positie. Hoe voorzichtig het ook gebeurt, de interventie van een zorgverlener is altijd een inbreuk. De nieuwe professional moeten proberen de autonomie van de zorgbehoevende zoveel mogelijk in stand te houden. De nieuwe professional heeft geleerd vanuit een breder kader te denken. Het draait uiteindelijk om de ervaren kwaliteit van het leven van de cliënt en de daarbij in het geding zijnde waarden en normen.
- Bij interventies kan het om veel verschillende dingen gaan: om behandeling, verzorging, maar ook om een therapie of een training. Binnen de huidige zorg wordt daar vaak een accent op gelegd. De nieuwe professional heeft geleerd eerst aandacht te besteden aan normatieve vragen voordat met de interventie begonnen wordt. De nieuwe professional is competent op het gebied van empathisch communiceren en handelen.
- Er wordt de laatste jaren meer en meer met protocollen gewerkt. Professionaliteit wordt tot op zekere hoogte gelijk gesteld aan protocollair handelen. De professional wordt daarmee een uitvoerder van regels en dat is een zeer smalle invulling. Het kan ertoe leiden dat er nauwelijks ruimte overblijft voor reflexiviteit. De nieuwe professional wordt dan ook gekenmerkt door een hoog reflexief gehalte (reflective practitioner).
- In veel gevallen is ook de inzet van de cliënt van belang; genezen is niet iets dat je overkomt. Je wordt niet alleen genezen, je geneest/herstelt ook jezelf (zelfzorg). Voorwaarde is dat de cliënt daartoe bereid is en ertoe in staat is. De bereidheid tot zelfzorg is een niet te onderschatten normatieve oriëntatie. De professional moet zorgvuldig nagaan in hoeverre deze in het geding is.

De nieuwe professional is inlevend, zorgvuldig, empathisch, dialogisch: een morele actor, maar wel een assertieve.

2.1.2 Creabiliteit

Creabiliteit is een term die voor het eerst wordt gebruikt in het onderzoeksverslag 'Creabiliteit' (dan der Meer en Snoek, 2007). Het verslag is als handleiding bij het product 'creabiliteit'.

In 'creabiliteit' wordt een combinatie van rehabilitatie en creatieve middelen gemaakt en er wordt gekeken naar hoe het rehabilitatieproces van een cliënt kan worden ondersteund door gebruik te maken van creatieve middelen.

"Binnen rehabilitatie gaat het om het werken aan de maatschappelijke participatie van cliënten met een psychiatrische handicap. Ook is rehabilitatie een hulpverleningsmethodiek, een manier om de geestelijke gezondheidszorg te (re)organiseren en te vermaatschappelijken. De cliënt is het uitgangspunt van de zorg, als een mens die zijn eigen wensen in vervulling kan laten gaan als ieder ander. Rehabilitatie helpt de cliënt op weg naar een proces van herstel. Herstel van stabiliteit, eigenwaarde, en van sociaal maatschappelijke rollen" (Wilken, 1999).

De schrijvers komen binnen hun werk voor een dilemma te staan; de cliëntengroep die komt voor behandeling wil, door slechte ervaringen met hulpverlening in het verleden, niets te maken hebben met CT.

Door als medewerker zichtbaar te worden in plaats van als therapeut, stellen de schrijvers, kunnen de cliënten vertrouwen krijgen. Zoals Wilken stelt:

"De houding van de creatief therapeut is erop gericht dat de bezoeker zich prettig voelt en de therapeut als persoon vertrouwt. Daarom is het noodzakelijk om te kijken wat de bezoeker van de therapeut wenst. Jezelf laten zien als persoon is van essentieel belang voor het verkrijgen van vertrouwen. Binnen de rol van therapeut dient het therapeut-zijn op de achtergrond geschoven te zijn. De therapeut bepaalt niet wat een bezoeker in de ruimte komt doen, dat bepaalt de bezoeker zelf. Door de vrijheid om zelf te bepalen wat er gedaan wordt, leren de bezoekers flexibel en op een

spontane manier om te gaan met hun problemen. De creatieve therapie moet een plek met een open, laagdrempelig karakter zijn. Het positieve effect van een laagdrempelige werkplek is dat je bereikbaar bent voor een grote groep mensen”.

2.1.3 Rehabilitatie, een oriëntatie en een beschrijving van drie benaderingswijzen

Door middel van een brede beschouwing wordt in het boek uitleg over het begrip rehabilitatie.

De drie meest bekende benaderingen worden beschreven, namelijk: de Individuele Rehabilitatie Benadering, de Libermanmodules en het Systematisch Rehabilitatiegericht Handelen.

Rehabilitatie is een soort van mensenwerk dat thans zo’n halve eeuw bestaat, schrijft Bennett.

In de begin jaren 80 had rehabilitatie de gestalte van het terugplaatsen in de maatschappij, later; het proces waarbij een gehandicapt persoon geholpen wordt zo goed mogelijk gebruik te maken van zijn resterende vermogens in een zo normaal mogelijke sociale context (Bennett).

Jos Dröes & Lourens Henkelman schrijven in hoofdstuk 3 van dit boek:

Rehabilitatie is een individueel proces:

- de cliënt wordt aangemoedigd zijn of haar problemen te begrijpen als onderdeel van zijn of haar levensgeschiedenis. Rehabilitatie is dan: het hervinden van de lijn in je leven.
- De cliënt wordt aangemoedigd zijn of haar trauma, ziekte of ongeluk als vertrekpunt van zijn herstel te nemen. Rehabilitatie is dan: ondersteuning van een natuurlijk herstelproces.
- De cliënt wordt aangemoedigd die perspectieven en vaardigheden te ontwikkelen die in het verleden niet ontwikkeld zijn. Rehabilitatie is dan: een inhaalactie.

Rehabilitatie is omgevingsspecifiek: mensen met een chronische aandoening leven in een omgeving waar zij bepaalde rollen vervullen, waarvan zij bepaalde verwachtingen hebben en die bepaalde eisen aan hen stellen. Rehabilitatie richt zich niet primair op het genezen van psychopathologie, maar op het functioneren in de omgeving.

Rehabilitatie is een activiteit van cliënt en hulpverlener.

In hoofdstuk 4 geeft Jean Pierre Wilken de volgende antwoorden op de vraag ‘wat is nieuw binnen rehabilitatie benadering als zorgvernieuwing:

- de opvatting dat de cliënt het zorgaanbod dient aan te sturen;
- dat we proberen niet langer de stoornis op de voorgrond te plaatsen maar de basale kwetsbaarheid proberen te begrijpen en te accepteren in termen van psychosociale beperkingen;
- dat we steeds meer methodieken ter beschikking krijgen om de cliënt te kunnen ondersteunen bij diens kwaliteit van leven.

Samenvattend is rehabilitatie niet een spectaculaire nieuwe vorm van hulpverlening.

Het is ook niet het domein van een nieuwe beroepsgroep. Rehabilitatie lijkt meer op het samenkomen van een aantal stromen die samen een zekere zeggingskracht beginnen te krijgen. Rehabilitatie is in zichzelf drempels afbrekend en sector en discipline overstijgend. Wij zijn gewend hulpverlening vanuit kaders en professies te organiseren. Hierdoor wordt de unieke gestalte van ieder individu al gauw in stukjes gehakt en hapklaar gemaakt voor een gesegmenteerde hulpverlening. De waarde van de rehabilitatie benadering is dat de mens in zijn totaliteit weer zichtbaar gemaakt wordt. Dit vraagt echter een radical ommekeer van denken wat vanuit onze traditionele manier van denken niet hanteerbaar is (Wilken).

In hoofdstuk 5 vraagt Jos Dröes zich af vanuit welke persoonlijke ervaringswereld hulpverleners ertoe komen om rehabilitatie als iets nuttigs en nodigs te zien? Het antwoord op deze vraag is naar zijn idee: herkenning. Het gaat erom dat de hulpverlener zich als mens herkent in zijn cliënt en

omgekeerd. Herkenning op het gebied van herstel: persoonlijk herstel, herstel van het sociaal functioneren, herstel in eer en goede naam.

Hulpverleners die rehabilitatie belangrijk vinden, herkennen bij hun cliënten beginnende herstelprocessen: het opklimmen uit de misère, het als serieuze gesprekspartner behandeld willen worden, de pijnlijkheid van functieverlies, rolverlies en maatschappelijke achterstelling, de opstandigheid daartegen en het verdriet erover. Maar ook, en misschien wel zo belangrijk, herkennen zij de momenten van hoop en vertrouwen, van trots op eigen kracht of succes, van vreugde, van erkentelijkheid over geboden hulp.

In hoofdstuk 9 schrijft Harry Jacobs onder het kopje ‘Rehabilitatie en herstel’ dat hulpverleners er zich van bewust dienen te zijn dat cliënten niet gerehabiliteerd kunnen worden in de zin van een auto of een televisietoestel repareren. Cliënten nemen niet passief deel aan een rehabilitatieproces. Rehabiliteren is voor cliënten een experiment aangaan met zichzelf. Het is op zoek gaan naar een weg die bij jouw verhaal past binnen het limiet van het haalbare. Rehabilitatie is op zoek gaan naar herstel.

Met herstellen bedoelen we niet hetzelfde als genezing. Herstellen is een proces, geen eindpunt of doel. Herstellen is een houding, een manier om de dag en de uitdagingen die men tegenkomt onder ogen te zien. Herstel ligt in de persoon zelf.

Herstellen is op zoek gaan naar een sprankje hoop in een leven van angst, wanhoop, risico nemen, uitdagingen aangaan, teleurstellingen verwerken, enzovoorts.

Daarbij is soms professionele hulp nodig. Belangrijk in een herstelproces is dat de hulpverlener zich ervan bewust is dat cliënten ook een leven buiten de hulpverlener om hebben en dat zich daar belangrijke ontwikkelingen en gebeurtenissen voordoen die minstens zo beslissend kunnen zijn. Je vervult immers ook nog een andere rol dan alleen die van patiënt. Een patiëntenrol alleen berooft iemand van andere waardevolle zo niet noodzakelijke rollen en daarmee is iemands bestaansrecht aan de orde.

Rehabilitatie staat voor de uitdaging om ruimte te scheppen voor deze rollen ter bevordering van het herstel.

2.1.4 Symposium ‘Herstelondersteunende zorg, de nieuwe uitdaging’

Van het congres ‘Rehabilitatie 92’ (Utrecht, december’09) zijn een aantal uitspraken mij in het bijzonder bijgebleven.

- Dienstbaar zijn binnen eigen mogelijkheden aan het proces van de ander.
- De ander het zelf laten doen, maar niet alleen.
- Vertrouwen hebben in de ander werkt herstelbevorderend, het willen controleren werkt belemmerend. Dus; van controle naar vertrouwen!
- Het vertrouwen hebben dat de ander zelf zijn ontdekkingsreis aankan.
- Het is belangrijk om contact te maken en om vanuit die positie in dialoog te raken en van elkaar te leren. Niet invullen maar invoelen.
- ‘Mens zijn’ moet je kunnen, durven en soms moet je in herinnering worden gebracht hoe je dat ook alweer moet doen. Er moet gebruik worden gemaakt van de kracht van de cliënt.

Deze punten werden in het ochtendprogramma benoemd en in het middagprogramma tijdens de workshops extra aangestipt en daardoor levendiger gemaakt (zie voor een uitvoerig verslag van deze bijeenkomst de bijlagen).

2.1.5 De kunsten van het leven

In deze boeken beschrijft Henk Smeijsters, duidelijk en leesbaar voor iemand die ook geen kennis heeft van CT, hoeveel positieve invloed kunst en kunstvormen hebben. En hoeveel invloed het leven heeft op de uitingen in de kunst en kunstvormen.

Smeijsters legt uit, aan de hand van treffende voorbeelden, waarom de hedendaagse mens steeds verder van zijn eigen kern dreigt af te dwalen en hoe kunst ertoe kan bijdragen deze kern weer te raken.

In het boek **'De kunsten van het leven'** geeft Smeijsters, geïnspireerd op het werk van Antonio Damasio, uitleg aan het begrip 'kernzelf'. Daaraan vooraf wordt duidelijk gemaakt dat het kernzelf niet de suggestie mag wekken dat het gaat om 'wie je echt bent'.

Het kernzelf met daarin het kernbewustzijn doet bewust, maar zonder woorden en gedachten, 'verbeeldend' verslag van de wijze waarop de toestand van het organisme veranderd. Het kernzelf registreert dus de 'good guy'en 'bad guy' en wat door de omgang met hen in het lichaam verandert. Het is als ware een innerlijke zwijgende film van de verandering die gepaard gaat met een stroom van emotionele toestanden, zichtbaar in lichaamshouding, beweging, mimiek en prosodie. Kernbewustzijn is bewustzijn door middel van een niet –cognitieve, gedachteloze vorm van begrijpen. Er komen geen begrippen aan te pas.

Smeijsters geeft extra uitleg met betrekking tot de emotionele kant van het kernzelf.

Damasio definieert een emotie als een kortdurende verandering in de toestand van het organisme die naar buiten gericht is en openlijk zichtbaar is in de lichaamshouding, mimiek en prosodie van het spreken. Een emotie kun je niet verbergen, ze is je de baas.

De mens kan van de negatieve primaire en secundaire emoties veel last hebben, maar wat vaak onderschat wordt is dat er continu sprake is van achtergrondemoties. Zij vormen het dagelijks behang van ons leven, zij bepalen hoe we wakker worden en met welk been we uit bed stappen.

Achtergrondgevoelens geven kleur aan ons leven, in negatieve en positieve zin.

Bij Baruch Spinoza kunnen we lezen dat emoties veranderen door andere emoties. Met name positieve emoties blijken de mens goed te doen. Vergroten van het aantal positieve emoties maakt ons sterker en stressbestendiger. Blijdschap is het tegengif voor verdriet, schrijft Leslie Greenberg.

3. Onderzoeksverantwoording

3.1 Probleemstelling

In Nederland krijgen meer dan honderdduizend mensen per jaar hersenletsel.

NAH kan het leven ingrijpend veranderen; het leidt vaak tot veranderingen in gedrag, emotie en mentale belastbaarheid. Hersenletsel raakt niet alleen de persoon zelf, maar ook de naasten, de mantelzorger⁹. Hoeveel mantelzorgers er zijn voor mensen met NAH, weten we niet precies. Wel weten we dat er in totaal 3,4 miljoen mantelzorgers zijn. Een aanzienlijk deel daarvan is mantelzorger van iemand met NAH¹⁰.

Uit onderzoek¹¹ is gebleken dat de mantelzorger van mensen met NAH vaak last heeft van boosheid, vermoeidheid, teleurstelling en angst, die in veel gevallen wordt veroorzaakt door; slechte communicatie in de zorginstelling, te weinig informatie over het letsel, te weinig samenwerking met de instelling, door het gevoel de zorg te moeten overdragen en de moeite die gepaard gaat bij het moeten aannemen van een andere en nieuwe rol. Menig mantelzorger raakt zichzelf in dit proces 'kwijt' en cijfert zichzelf (ongewild) weg. De kans op overbelasting is groot.

In Nederland wordt tot nu toe, via mantelzorgpunten en andere zorginstellingen, twee soorten mantelzorgondersteuning geboden: respijtzorg (= tijdelijk letterlijke overname van de zorg voor de mantelzorg) en informatie/advies. Ondanks deze zorg hebben nog veel mantelzorgers last van overbelasting¹². De reden hiervoor wordt gegeven in het feit dat veel mantelzorgers zichzelf niet zien als hulpbehoevenden en daardoor moeilijk hulp zoeken of aangeboden hulp accepteren.

De doelgroep 'mantelzorgers van mensen met NAH' kan als zodanig voor de creatief therapeut een nieuwe doelgroep zijn. Vanuit de aanname of creatieve therapie een goede aanvulling zou kunnen bieden op het huidige zorgaanbod voor de mantelzorger van mensen met NAH, is vorig jaar de cursus 'MantelzorgZorg' ontwikkeld. Het cursusaanbod is ontwikkeld als laagdrempelig aanbod om de kans op toegang tot de mantelzorger te vergroten met als doel de eigen kracht en zingeving te bevorderen.

Het vooronderzoek, gericht op de vraag 'waar de grenzen van CT liggen en waar het verbreden van het werkgebied begint' geeft vanuit het profiel voor de nieuwe professional en de rehabilitatie 'zienswijze' voldoende onderbouwing voor de cursus; de cursus is afgestemd op de wensen van de mantelzorgers en daarmee wordt aangesloten bij de hulpvrager. Door de cursus wordt de hulpvrager eerst 'in beeld gebracht' alvorens de vraag wordt gesteld of therapie wenselijk is. Daarnaast heeft de cursus als doel het (her)vinden van de eigen kracht en zingeving, waarden die essentieel zijn om tot zelfzorg te kunnen komen. Op basis van het vooronderzoek kan gesteld worden dat de cursus als 'middel' vakverbredend is en aansluit bij de rehabilitatie visie.

Wat rest, is het doen van onderzoek, want alhoewel de wetenschappelijke basis van CT duidelijk is versterkt, blijft het wel noodzakelijk dat het onderzoek zich in gunstige zin blijft ontwikkelen. Het is van belang dat creatief therapeuten hun competenties en evidence based methodiek voor het voetlicht plaatsen en tegenover andere behandelaars hun professionele positie opeisen.

⁹ Uit de informatiefolder 'hersenletselteam'

¹⁰ Uit onderzoek Sociaal Cultureel Planbureau, gepresenteerd op de MantelzorgTopdag (10-11-'08).

¹¹ Uit de onderzoeksrapportage van de cursus 'mantelzorgZorg'.

¹² Uit 'Mantelzorg. Een overzicht van de steun van en aan mantelzorgers in 2007'. Sociaal Cultureel Planbureau.

3.1.1 Doelstelling en onderzoeksvragen

Doelstelling

Vanuit het overkoepelende doel, om vanuit CT een bijdrage te kunnen leveren in de zorg voor mensen met NAH en diens omgeving, richt dit onderzoek¹³ zich op het ondersteunen van de mantelzorger van de persoon met NAH.

Door het eenmalig uitproberen van de cursus als proef (pilot), worden er nieuwe inzichten opgedaan omtrent het inzetten en geven van de mantelzorgZorg cursus. Deze inzichten worden gebruikt om de cursus aan te passen, aan te vullen of te verbeteren.

Het onderzoek is gericht op het bereiken van de volgende doelstellingen:

- Op basis van de onderzoeksgegevens wordt duidelijk of de doelen, gesteld in de mantelzorgcursus, behaald kunnen worden
- Op basis van de onderzoeksgegevens wordt duidelijk of de cursus aansluit bij de verwachtingen van de deelnemers
- Op basis van de onderzoeksgegevens wordt inzichtelijk waar de cursus aangepast, aangevuld of verbeterd dient te worden
- Op basis van de onderzoeksgegevens wordt inzichtelijk of de cursus ingezet dient te worden

Hoofdvraag

De centrale vraag binnen dit onderzoek luidt:

“In hoeverre levert de cursus ‘MantelzorgZorg’ een bijdrage in de ondersteuning van de mantelzorgers van mensen met NAH, na éénmalige deelname?”

Deelvragen:

- 1) In hoeverre worden de doelen¹⁴ van de cursus behaald?
- 2) In hoeverre sluit de cursus aan bij de verwachtingen van de deelnemers?
- 3) In hoeverre dient de cursus aangepast, verbeterd of aangevuld te worden?

3.2 Gehanteerde methodiek¹⁵

De cursus ‘MantelzorgZorg’ is na afronding door een groep deskundigen beoordeeld ‘op papier’. Deze beoordeling was over het algemeen zeer positief van aard, maar plaatste ook kanttekeningen

¹³ In deze onderzoeksrapportage wordt het beeldende gedeelte van de cursus onderzocht. Voor het muziek gedeelte is een 4^e jaars, voltijd student, Daniel Zwerts aangesloten, in opdracht van Dewy Karsten Schüler. Om het onderzoek te ‘verzwaren’ wordt binnen het muziekonderzoek het zelfde onderzoeksdesign gebruikt als gebruikt bij de beeldende cursus. Zo kunnen de analyses naast elkaar gelegd worden en worden de onderzoeken met elkaar verbonden. Verder is er in contact een samenwerking tussen de 3 betrokkenen, maar zijn de onderzoeksrapportages afzonderlijk te lezen.

¹⁴ De eerste fase van de cursus richt zich op de volgende hoofddoelen:

1. Samen/groepsgevoel ervaren
2. Grenzen leren aangeven
3. Balans vinden
4. Voor jezelf zorgen
5. Toekomstperspectief in kaart brengen

6. Een onderliggend doel van de cursus is een ingang creëren naar de therapiefase* voor de reeds overbelaste mantelzorger

* De tweede fase van de cursus is een therapeutische fase. In deze fase kan er gewerkt worden aan:

- verliesverwerking
- traumaverwerking
- exploreren en uiten van gevoelens
- verstevigen van het zelfbeeld

¹⁵ Afkomstig uit Praktijkgericht onderzoek in zorg en welzijn. Migchelbrink, F. (2009).

bij de lengte van de cursus en de aangeboden werkvormen. Deze werden door enkele deskundigen als te confronterend of te moeilijk beoordeeld.

Om de cursus te kunnen 'bijschaven', alvorens er een groot onderzoek naar het proces en de effecten zal worden gedaan, zal eerst een pilot (proefproject) plaatsvinden.

In deze pilot zal gekeken worden naar de praktische uitvoering van de cursus, als ook naar de behaalde resultaten. Het zal daarom binnen deze pilot gaan om een kleinschalige procesevaluatie en effectevaluatie.

3.2.1 Pilot

A pilot study, also called a 'pilot experiment', is a small scale preliminary study conducted before the main research in order to check the feasibility or to improve the design of the research.

A pilot is often used to test the design of the full-scale experiment. The design can then be adjusted in time. This can turn out to be valuable: should anything be missing in the pilot, it can be added to the experiment and chances are, that the full-scale (and more expensive) experiment will not have to be re-done.

A pilot can also prevent errors from happening in the main research (www.wikipedia.nl).

3.2.2 Type onderzoek

Kenmerkend voor evaluatieonderzoek is niet alleen het verzamelen van de gegevens inzake het resultaat, maar ook het beoordelen van de resultaten van het onderzoek als positief of negatief. De centrale vraag in effectevaluatie is: 'is de uitgevoerde activiteit effectief, zijn de doelen van de activiteit behaald?'

Evaluatieonderzoek heeft als doel een oordeel uit te spreken over een activiteit vanuit de volgende einddoelen:

- Het beslissen over het al dan niet voortzetten van de activiteit;
- Het verantwoorden van de activiteit tegenover belanghebbenden;
- Het verbeteren van de activiteit.

3.2.3 Wijze van dataverzameling

In dit onderzoek zal met behulp van een resultaatmeting en de kwalitatieve veldanalyse, data verzameld worden.

Resultaatmeting

De uitspraken, gekomen vanuit de resultaatmeting over de effecten, berusten niet op causaliteit, maar zijn wel plausibel. Men gaat, volgens dit model, achteraf bij de deelnemer na wat de activiteit/cursus bij hem of haar bereikt. De betreffende personen worden zelf om hun mening gevraagd aan de hand van een itemlijst. Deze itemlijst vormt de operationalisering van de te meten effecten.

De cursus, object binnen dit onderzoek, is ontwikkeld in mei 2009. Dit is gedaan op basis van gegevens die, door de geïnterviewde mantelzorgers zelf, als erg belangrijk werden aangegeven.

Aangezien de te onderzoeken hoofddoelen persoonsafhankelijk en dus verschillend beleefd kunnen worden, wordt binnen dit onderzoek via een resultaatmeting de deelnemers zelf om hun mening gevraagd.

Gezien de beperkte tijdsduur van dit onderzoek, en het niet verder willen belasten van de mantelzorgers, zal de resultaatmeting alleen via een schriftelijke vragenlijst plaatsvinden.

Kwalitatieve veldanalyse

Eén van de doelen van dit onderzoek is de cursus aanpassen/verbeteren naar aanleiding van de onderzoeksresultaten. Om inzicht te krijgen waar de cursus aangepast moet worden is het van

belang de cursusbijeenkomsten goed in kaart te brengen, dit zal gebeuren a.d.h.v. de kwalitatieve veldanalyse. Kenmerken van de kwalitatieve veldanalyse zijn:

- In de kwalitatieve veldanalyse zit je ‘er bovenop’ door de te evalueren activiteit op locatie te volgen
- De verschijnselen worden in kaart gebracht zoals zij zich voordoen in de werkelijkheid
- Er wordt gebruik gemaakt van de participerende observatie om de werkelijkheid te volgen
- Er wordt verdere informatie verzameld via formele en informele gesprekken over de effecten
- De informatie vanuit de verschillende worden gecombineerd en tegen elkaar afgezet

Om de interpretatie van de onderzoeker zoveel mogelijk te objectiveren, zullen alle bijeenkomsten op video opgenomen worden en door 2 observatoren bekeken en geanalyseerd worden. Verdere informatie zal verzameld worden door na iedere bijeenkomst gesprekken te voeren met de deelnemers over de ervaringen opgedaan binnen de cursus.

3.3 Onderzoeksproces

De cursus bestaat uit 9 à 10 verschillende bijeenkomsten waarbinnen aan 5 verschillende thema's/doelen gewerkt zal worden (zie voor de beeldende cursus bijlage 1).

Deze thema's/hoofddoelen komen als volgt aan de orde:

bijeen- komst	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Thema's	Samen/ groepsgevoel (3 ^e bijeenkomst = optioneel)			Voor jezelf zorgen		Grenzen leren aangeven		Toekomst perspectief		balans

In de cursus staat het werken met beeldende en muziek middelen centraal.

De visie van creatieve therapie¹⁶ ligt aan de basis van deze cursus en vandaar uit wordt de mantelzorger gevraagd te werken met beeldende middelen.

De thema's/hoofddoelen moeten dus ook in het kader van het werken met beeldende middelen worden gezien; aan deze doelen wordt laagdrempelig gewerkt door middel van het uitvoeren van beeldende opdrachten.

3.3.1 Dataverzameling

Informatie afkomstig van de cursus zal vastgelegd worden door gebruik van:

- observatie
- evaluatie gesprekken
- halfgestructureerd groepsinterview

Observatie

Het betreft hier een onverhuld, gestructureerde en (deels) participerende observatie:

De onderzoeker is naast observator tevens als cursusleider aanwezig bij de cursus. De onderzoeker zal door middel van het maken van notities (logboek), de vooraf opgestelde observatievragen (zie bijlage5), beantwoorden.

¹⁶ Beeldende therapie is een gerichte therapeutische behandeling die tracht veranderings-, ontwikkelings- en/of acceptatieprocessen te bewerkstelligen. Het doel van de therapie is de cliënt te leren om binnen gegeven grenzen en mogelijkheden zelf richting aan zijn leven te geven en zodoende het niveau van functioneren te verhogen. Creatieve middelen vormen de basis van het therapeutisch werken. De dialoog tussen de maker en zijn werkstukken én de therapeut staan hierbij centraal. De beeldend therapeut leert mensen via communicatie- en expressievormen uit te drukken en te ervaren wat met woorden niet toereikend of onvoldoende mogelijk is. Het beeldend proces begint met een zintuiglijke en/of emotionele betrokkenheid tijdens een creatieve situatie. In deze betrokkenheid wordt steeds meer appel gedaan op onbewuste behoeften, gevoelens en weerstanden. De beeldend therapeut gebruikt creatieve middelen en methodieken om deze bewust te worden en hanteerbaar te maken (samenvatting van de definitie gesteld door de Federatie Vaktherapeutische Beroepen).

De deelnemers worden, op hoofdlijnen, op de hoogte gebracht van de doelen van het onderzoek. Dit om uitleg te geven waarom er tijdens de cursus notities gemaakt worden en iemand aanwezig is om de bijeenkomsten te filmen. Aangezien de lange tijdsduur van de observatie is de kans klein dat de deelnemers hun gedrag aan deze observatie zullen aanpassen.

Om de analyse zoveel mogelijk te objectiveren zullen alle afzonderlijke bijeenkomsten van de cursus opgenomen worden op video en zullen deze beelden, via een indirecte observatie, door een student collega geanalyseerd worden. Tevens zal de cursusleider/onderzoeker zelf deze beelden bekijken aan de hand van de observatievragen.

De observatievragen (zie *bijlage 5*) bestaan uit geoperationaliseerde hoofd- en deelvragen uit de cursus.

Evaluatie gesprekken

Tijdens de bijeenkomsten zullen er gezamenlijke evaluaties plaatsvinden, ter afronding en overdenking van de bijeenkomst. Deze evaluaties worden tevens op film opgenomen en dus meegenomen in de observaties en verslaglegging.

Interview

Na afloop van de totale cursus zullen de deelnemers in vorm van een groeps gesprek, geïnterviewd worden. Dit interview wordt door gebruik van een interviewschema gestructureerd (zie *bijlage 6*).

Om objectiviteit zoveel mogelijk te waarborgen wordt het interview niet door de cursusleider afgenomen.

Binnen dit onderzoek is er gekozen voor een groepsinterview omdat interactie-effecten vaak bredere en diepere informatie kunnen genereren dan individuele interviews; deelnemers kunnen elkaar bijvoorbeeld (onbewust) aansporen om over een onderwerp wel te praten.

3.3.2 Respondentengroep

De werving van de cursisten heeft plaatsgevonden via:

- Informatiestand bij symposium (BAVO Europoort, Capelle a/d IJssel, 1 oktober '09)(zie *bijlage 2*)
- Nieuwsbrief (www.nahcoördinatie.nl, nieuwsbrief voor cliënten, oktober-november '09)
- Informatiestand bij netwerkbijeenkomst(Oegstgeest, 28 oktober '09)(zie *bijlage 2*)
- Stichting MEE, regio Delft

De respondentengroep van de beeldende cursus bestaat uit:

- Vier mantelzorgers in de leeftijd van 30 – 70 jaar;
- De vier mantelzorgers hebben allen hun medewerking verleend aan het vooronderzoek wat vorig jaar gedaan werd;
- Twee respondenten hebben een familieband (moeder/dochter) met elkaar;
- Alle respondenten hebben een naaste met langdurige NAH (chronische fase) welke verblijven in een verpleeghuis;
- De ernst van het hersenletsel bij de naasten van deze groep mantelzorgers verschilt in gradatie: één naaste is door letsel subcomateus, één naaste heeft een progressieve vorm van hersenletsel en een derde naaste heeft een milde vorm van letsel waarin de gedragaspecten voornamelijk reden van verblijf in een verpleeghuis zijn.

3.3.3 Resultaten

Aan het eind van de cursus zal een diversiteit aan materiaal beschikbaar zijn bestaande uit:

- Notities gemaakt tijdens en na afloop van de cursus (door de cursusleider of onderzoeker);
- Notities gemaakt aan de hand van de video observatie gericht op de volgende punten; de sfeer van de bijeenkomsten, de opdracht/werkvorm, het contact tussen de deelnemers en overige punten die opmerkelijk waren;

- 2 ingevulde observaties aan de hand van de notities van de video observaties (afkomstig van twee onderzoekers);
- Verslag van het groepsinterview (interview door filmer en uitschrijven door onderzoeker).

3.4 Analyse aanpak

In het analyseren van kwalitatieve gegevens gaat het erom via ordening een beeld te krijgen van wat er in het materiaal besloten ligt. Twee zaken zijn hierbij van belang:

1. Het ontleden en duidelijk maken welke aspecten binnen het materiaal relevant zijn; relevantie binnen dit onderzoek betekent dat het materiaal antwoord geeft op de gestelde hoofd -en deelvragen.
2. Het zoeken naar samenhang in het materiaal; het onderzoek levert feitenmateriaal (antwoorden van de respondenten op vragen in evaluatiegesprekken en groepsinterview) en het levert eigen notities en observaties. In de analyse zal worden gekeken waar de eigen notities en observaties het feitenmateriaal bevestigt.

Om vanuit het divers materiaal (zie 3.3.3) tot bevindingen, en vervolgens uitspraken en conclusies te kunnen komen, zullen er verschillende stappen worden gemaakt;

1. De video opnames worden geobserveerd door twee individuele personen aan de hand van de volgende punten: de sfeer van de bijeenkomsten, de opdracht/werkvorm, het contact tussen de deelnemers en overige punten die opmerkelijk waren;
2. Vervolgens worden de vragen van de observatieschema's (zie voorbeeld afbeelding op de volgende pagina) ingevuld door dezelfde individuele personen, vanuit de notities van de videobeelden;
3. Daarnaast worden de vragen van de observatieschema's beantwoord, aan de hand van de evaluaties aan het eind van de bijeenkomsten, vanuit het perspectief van de deelnemers;
4. Als laatste worden de vragen van de observatieschema's nogmaals beantwoord, aan de hand van het verslag van het groepsgesprek na afloop van de cursus, ook vanuit het perspectief van de deelnemers.

Voorbeeld
observatieschema:

Observatie Cursusdag 1) <u>Opdracht:</u> Hoe vond men de opdracht? Waar blijkt dat uit? Begrijpen de deelnemers de opdracht en kunnen zij deze uitvoeren? Waar blijkt dat uit? Komen de deelnemers in contact met zichzelf? Hoe doen zij dit en waar blijkt dat uit? (praten, gedachten uitwisselen, etc.) Komen de deelnemers in contact met elkaar? Hoe doen zij dit en waar blijkt dat uit? (praten, gedachten uitwisselen, etc.) Leren de deelnemers elkaar beter kennen? Waar blijkt dat uit?
<u>Sfeer:</u> Hoe is de sfeer in de groep? Waar blijkt dat uit? Hoe is de sfeer tijdens de start, het beeldend werken zelf en tijdens de afronding van de bijeenkomst? Waar blijkt dat uit?
<u>Overige:</u> Welke verwachtingen hebben de cursisten van de cursus? Waar blijkt dat uit? Welke andere dingen vielen op? Wat werkt belemmerend, wat werk bevorderend in het contact leggen?

Het volgende schema geeft de analyse stappen beknopt weer¹⁷:

Analyse model (M= Marcella / D = Daniel)				
Stap 1)	Algemene observatie M + Observatieschema M (tevens kijken naar overeenkomsten	← → Observatieschema D en de verschillen tussen observatie van M en D)	→	Schema 1
Stap 2)	Observatieschema antwoorden deelnemers vanuit de cursus (evaluatiemomenten) (tevens kijken naar overeenkomsten	← → Observatieschema antwoorden deelnemers vanuit het evaluatiegesprek aan het eind van de cursus en de verschillen in de antwoorden)	→	Schema 2
Stap 3)	Schema 1	schema 2	→	Bevindingen 1
Stap 4)	Overige informatie vanuit de observaties, de aantekeningen en het evaluatiegesprek aan het eind van de cursus	← → Deelvragen van het onderzoek	→	Bevindingen 2

¹⁷ Algemene observatie M = notities gemaakt tijdens en na de cursus
Observatieschema M en observatieschema D = video observaties gedaan a.d.h.v. voorafgestelde observatievragen
Observatieschema antwoorden vanuit de deelnemers = zijn antwoorden op voorafgestelde observatievragen verkregen vanuit de evaluatiemomenten tijdens de cursusbijeenkomsten, en tijdens de groepsevaluatie.

4. Resultaten en bevindingen

Inleiding

Vanuit de gegevens, verkregen uit het onderzoek naar de cursus, wordt in dit hoofdstuk antwoord gegeven op de gestelde hoofd- en deelvragen (De ingevulde schema's van analyse stap 1 + 2 zijn terug te vinden in bijlage 1 van dit onderzoek. Uitgebreide informatie over de pilotcursus is op te vragen bij de onderzoeker).

Het hoofdstuk sluit af met aanbevelingen voor het aanpassen van de cursus MantelzorgZorg.

Hoofdvraag

"In hoeverre levert de cursus 'MantelzorgZorg' een bijdrage in de ondersteuning van de mantelzorgers van mensen met NAH, na éénmalige deelname?"

Deelvragen:

- 1) In hoeverre worden de doelen* van de cursus behaald?
- 2) In hoeverre sluit de cursus aan bij de verwachtingen van de deelnemers?
- 3) In hoeverre dient de cursus aangepast, verbeterd of aangevuld te worden?

*De doelen van de cursus zijn:

De eerste fase van de cursus richt zich op de volgende hoofddoelen:

1. Samen/groepsgevoel ervaren
 2. Grenzen leren aangeven
 3. Balans vinden
 4. Voor jezelf zorgen
 5. Toekomstperspectief in kaart brengen
6. Een onderliggend doel van de cursus is een ingang creëren naar de therapiefase voor de reeds overbelaste mantelzorger.

4.1 Resultaten en bevindingen naar aanleiding van de deelvragen

Deelvraag 1) In hoeverre zijn de doelen van de cursus behaald?

• **Hebben de cursisten een 'samen/groepsgevoel' ervaren?**

Binnen de observatieschema's komt deze vraag indirect aan de orde onder de kopjes 'groepssfeer en komen de deelnemers in contact met elkaar?'.

De observanten geven onder deze kopjes aan dat de sfeer goed is en dat de cursisten zowel binnen als buiten het beeldend werken met elkaar in contact komen.

Verder wordt er door de observanten benoemd dat het contact, naarmate de cursus vordert, verder reikt dan allen de cursusbijeenkomsten. Zo wisselt men persoonlijke gebeurtenissen uit, worden er cadeautjes uitgedeeld in verband met een verjaardag en wordt het haar van een cursist geknipt door een andere cursist.

De cursisten geven in het evaluatiegesprek aan dat de sfeer goed was tijdens de bijeenkomsten.

Uit deze gegevens kan opgemaakt worden dat het doel 'samengevoel/groepsgevoel ervaren' voldoende behaald is.

Samengevoel/groepsgevoel:

Cursisten vertellen hierover: *"De sfeer was goed, de samenwerking was goed. Je leert elkaar kennen. Er was een goed cement waar er respect voor elkaar was. We gaan elkaar missen!"*

"Je hebt in contact een aanknopingspunt. Vaak weet je niet waar je moet beginnen, maar door het beeldend werk heb je een aanleiding. Normaal kom je er niet op".

Observaties laten zien: *"De sfeer is goed (open en betrokken) en de deelnemers komen zowel binnen als buiten het beeldend werken met elkaar in contact".*

Het antwoord op deze vraag is terug te vinden onder de kopjes: ‘komen de deelnemers in contact met zichzelf?’, ‘Kunnen de deelnemers de problemen even loslaten en zich richten op het beeldend werken?’, ‘Opdracht waardering’, ‘Worden de deelnemers zich bewuster van hun eigen gevoelens?’ en ‘Wat werkte belemmerend/bevorderend in het sensitief zijn voor de eigen behoeften?’.

De onderzoeker/observant geven aan dat de cursisten hun persoonlijke problemen, bij alle bijeenkomsten tijdens het beeldend werken, even los lijken te laten. Hierin is duidelijk verschil te zien in het beeldend gedeelte van de cursus en de start en het eind. In de momenten waar men verbaal contact maakt buiten het beeldend werken, worden de persoonlijke problemen snel aangehaald. De gesprekken hebben een ander karakter tijdens het beeldend werken.

De onderzoeker/observant stellen vast dat de cursisten wel hun innerlijke beleving lijken te verbeelden, maar de vraag blijft of zij zich daardoor ook bewuster worden van hun eigen gevoel.

De tijdsdruk wordt benoemd als een belemmerende factor in het sensitief zijn voor de eigen behoeften.

De cursisten geven tijdens de groepsevaluatie aan dat zij de mogelijkheid kregen om zich weer kind te voelen en dat zij door de opdrachten ‘gedwongen’ werden om over zichzelf na te denken. Ook ervaren zij de ruimte om even weg te kunnen van de zware problemen.

Gesteld kan worden dat het doel ‘voor jezelf zorgen’ binnen de cursus behaald is omdat de ontspanning die ervaren werd als vorm van zelfzorg gezien kan worden. Of de cursisten deze vorm van zelfzorg verder kunnen dragen naar buiten de cursus valt uit de gegevens niet op te maken.

Voor jezelf zorgen:

Cursisten vertellen hierover: *“Door de vragen moest je over jezelf nadenken. Dat vind ik best moeilijk, want ik ben niet zo met mezelf bezig. Je staat er niet voor open, je denkt niet zo aan jezelf”. “Ik ging toch een beetje weg van mijn problemen, weg van de zware dingen”. “De zwaluw die ik gemaakt heb is een vrije vogel, ik vind de vlucht van een zwaluw erg mooi. Symbool van de vrijheid. Het is geen weerbare vogel, geen roofvogel. Ik ben zelf ook niet zo erg weerbaar. De kwetsbaarheid en de vrijheid is wel iets waarmee ik mij wil identificeren”.*

Observaties laten zien: *“De cursisten lijken hun persoonlijke problemen, bij alle bijeenkomsten tijdens het beeldend werken, even los lijken te laten. Hierin is duidelijk verschil te zien in het beeldend gedeelte van de cursus en de start en het afronden. In de momenten waar men verbaal contact maakt buiten het beeldend werken, worden de persoonlijke problemen snel aangehaald. De gesprekken hebben een ander karakter tijdens het beeldend werken”.*

• Hebben de cursisten in de cursus grenzen leren aangeven?

Deze vraag is specifiek aan de orde gekomen tijdens bijeenkomsten 5 + 6 waar het ‘grenzen leren aangeven’ het thema was. In de observatieschema’s werd de vraag gesteld: ‘werden de deelnemers zich meer bewust van hun eigen grenzen en het stellen ervan?’ Ook in de vragen rondom de opdracht zijn antwoorden terug te vinden die gaan over het leren grenzen aangeven.

De onderzoekers/observanten geven op deze vraag aan dat het onderwerp ‘grenzen aangeven’ wel is besproken, maar dat er summier op is gereflecteerd waardoor er weinig bewustwording heeft kunnen plaatsvinden. Er zijn geen significante uitspraken gedaan waaruit opgemaakt zou kunnen worden dat de cursisten zich meer bewust zijn geworden van de eigen grenzen. Aangegeven wordt dat de deelnemers wellicht wel in contact komen met hun gevoelens waar hun grenzen overgegaan worden, de stap om de grens te stellen is echter te groot. Ook wordt aangegeven dat de beeldende opdracht ruimte liet voor interpretatie waardoor de deelnemers hun grenzen niet direct hoefde te stellen.

Naar aanleiding van de opdracht waardering wordt aangegeven dat de cursisten de opdracht aan de ene kant wel een beetje eng vonden, maar dat zij het desondanks wel als positief, leerzaam, hadden ervaren. Aan de andere kant namen de cursisten de opdracht erg letterlijk waardoor er weinig geoefend werd met het aangeven van de grenzen.

De cursisten geven zelf aan dat ze het materiaal binnen de opdracht minder fijn vonden. Ook geven de cursisten aan dat ‘het feit dat je iets doet wat je normaal gesproken niet doet, los maakt’.

Uit de antwoorden van de cursisten kan opgemaakt worden dat het doel ‘grenzen leren geven’ binnen de cursus wel behaald is. Als hierin het antwoord van de observant en onderzoeker meegenomen wordt dan kan gesteld worden dat de opdracht aangepast zou moeten worden om een nog beter resultaat te bereiken.

Grenzen aangeven:

Cursisten vertellen hierover: *“Het feit dat je iets doet wat je normaal gesproken niet doet, maakt los”.*

“Als het aardige mensen zijn zoals in deze groep, dan wil ik daar best mee leven. Nu wordt er teveel op mij gelet, mensen met oordelen. Ik durf nu niet. Ik zou mij wel meer willen ontplooien, ik kom gewoon niet uit de verf!”

“Wij zijn vrouwen, kinderen zijn voor ons het belangrijkste!”

“Ik wordt vaak finaal over het hoofd gezien. Ik wil niet op een voetstuk, maar nu wordt er over mij heen gewalst. Wat mijn partner ook zegt, alles wordt geloofd, ondanks zijn hersenletsel....ik zou haast zeggen doe mij ook maar een hersenletsel, dan mag ik ook alles. Ik moet de hele tijd maar schipperen”.

“Ik ben al jaren de lastige moeder”.

Observaties laten zien: *“De cursisten namen de opdracht erg letterlijk waardoor het leereffect van de opdracht ogenschijnlijk niet aanwezig was. Ook liet een andere opdracht teveel ruimte voor eigen interpretatie waardoor de cursisten hun grenzen niet direct hoefden te stellen. Door de opdrachten kwam wel het gesprek over grenzen aangeven op gang”.*

- **Hebben de cursisten in de cursus een toekomstperspectief kunnen verbeelden?**

Het thema ‘toekomstperspectief’ is in de laatste drie bijeenkomsten aan de orde geweest.

Antwoorden op deze vraag zijn te vinden onder de kopjes; ‘opdracht waardering, uitvoerbaarheid/haalbaarheid en wat werkte belemmerend/bevorderend?’.

De onderzoekers/observanten hebben een ietwat afwijkende observatie ten opzichte van elkaar, al geven beide observanten aan dat de opdracht binnen de tijd niet haalbaar was. Eén observant geeft een wat kritischere beschrijving over de waardering van de opdracht.

De observanten geven aan dat het maken van beeldend werk, waarin het toekomstbeeld tot uiting komt, aanleiding geeft tot het verbaal communiceren over dit onderwerp. Uit de gesprekken van de deelnemers wordt duidelijk dat de persoonlijke situaties erg uiteen lopen en dat de zwaarte van de situaties maakt dat de cursisten moeite hebben met het nadenken over de toekomst. Het nadenken over de toekomst confronteert de cursist. De tijdsdruk maakt dit nog moeilijker.

De cursisten zelf geven aan dat het moeilijk is om over de toekomst na te denken, omdat deze niet zo rooskleurig is. Ook geven de cursisten aan dat er te kort tijd is om tot ideeën te komen.

Uit deze gegevens kan opgemaakt worden dat men het toekomstperspectief wel in kaart heeft gebracht, maar dat onderwerp wel als confrontatie ervaren werd. De tijdsdruk wordt hierin aangegeven als voornaamste belemmerende factor.

Toekomstperspectief:

Cursisten geven over dit doel aan: *“Het is zo moeilijk want in de toekomst raak ik (..) kwijt. Het is zo moeilijk om vooruit te kijken, ik ben bang om de toekomst in te kijken. Het ziet er niet zo rooskleurig uit. Het is een dubbel gevoel van aan de ene kant niet willen dat je kind pijn heeft, maar aan de andere kant wil ik hem niet kwijt”.*

Observaties laten zien: *“De observanten geven aan dat het maken van beeldend werk, waarin het toekomstbeeld tot uiting komt, aanleiding geeft tot het verbaal communiceren over dit onderwerp. Uit de gesprekken van de deelnemers wordt duidelijk dat de persoonlijke situaties erg uiteen lopen en dat de zwaarte van de situaties maakt dat de cursisten moeite hebben met het nadenken over de toekomst. Het nadenken over de toekomst confronteert de cursist. De tijdsdruk maakt dit nog moeilijker”.*

- **Hebben de cursisten in de cursus balans kunnen vinden?**

Het thema ‘balans’ was onderwerp van de laatste cursusbijeenkomst en is eigenlijk door tijdsdruk te weinig aan de orde geweest. ‘Balans’ wordt in deze bedoeld als balans tussen het verleden en de toekomst, tussen de druk van de zorg voor de ander en de zorg voor zichzelf.

De onderzoekers/observanten geven aan dat er in de afsluiting van de cursus een vorm van balans werd gevonden doordat de cursisten hun naaste met NAH hadden uitgenodigd; door de aanwezigheid van de naasten werd er een brug gelegd tussen de ervaringen binnen de cursus en het verdere leven na de cursus.

Het verder aangaan van het thema ‘balans’ blijkt moeilijk vanwege de tijdsdruk en de moeite bij de cursisten om hun beleving bij de toekomst uit te beelden.

De cursisten zelf geven aan dat ze door de cursus over zichzelf moesten nadenken en dat zij dat best moeilijk vonden. Het nadenken over de toekomst werd door de cursisten als heel moeilijk ervaren omdat een gelukkige toekomst voor hen onhaalbaar lijkt te zijn.

Gesteld kan worden dat het doel ‘balans vinden’ niet voldoende behaald is in de cursus door tijdsdruk en mogelijk onduidelijkheid omtrent de opdracht.

Gesteld kan worden dat de doelen ‘samengevoel/groepsgevoel ervaren, voor jezelf zorgen en grenzen leren aangeven’ binnen de cursus voldoende behaald zijn. De doelen ‘toekomstperspectief in kaart brengen en balans vinden’ zijn onvoldoende behaald, of minder goed ‘uit de verf gekomen’. De tijdsdruk en het thema onderwerp werden voornamelijk als belemmerende factor aangegeven.

- **Is er, door deel te nemen aan de cursus, bij de deelnemers een ingang gecreëerd voor het ingaan van een therapiefase?**

Deze vraag komt aan de orde tijdens het evaluatiegesprek aan het eind van de totale cursus.

Uit de antwoorden van de deelnemers kan gesteld worden dat er wel verdere behoeften zijn in het doorgaan met de cursus zoals deze is, alleen zodra de cursus benoemd wordt als ‘therapie’ veranderd men van mening. Aan de ene kant geven de cursisten aan dat ze een verandering bemerken welke nog niet voldoende eigen is gemaakt, aan de andere kant geven de cursisten aan dat zij redelijke zelfkennis hebben en dat therapie daarom niet wenselijk is.

De deelnemers vertellen hierover:

“Mensen die zichzelf nog niet zo goed kennen zullen waarschijnlijk baat hebben bij een verdieping, of een therapiefase”. Wij hebben redelijke zelfkennis, wij hoeven geen therapie”.

“Ik voel bij mezelf ook een verandering, maar dat gaat allemaal geleidelijk aan. Het doet toch wel wat. Als de cursus wat langer zal zijn dan zul je dat ook gaan zien bij de mensen. Er veranderen kleine stukjes, de cursus stopt te snel”.

Deelvraag 2: ‘In hoeverre sluit de cursus aan bij de verwachtingen van de deelnemers?’

Deze vraag is summier aan de orde geweest tijdens de eerste bijeenkomst. De cursisten lieten toen duidelijk weten geen verwachtingen te hebben. Alleen één cursist gaf aan dat zij verwachtte steun te krijgen van de andere deelnemers doordat zij haar verhaal kon delen.

Toen de vraag werd gesteld tijdens het afsluitende interview kwamen de cursisten op hun verwachting terug.

Cursisten vertelden: *“We dachten het gaat toch niet helpen, we zitten met grote problemen en dan gaan we een beetje zitten kleien! Het lijkt wel alsof we om een peer vragen maar een appel aangeboden krijgen. De problemen die wij ervaren komen vanuit hele andere dingen en zijn niet op te lossen met een cursus als deze”.*

“Mijn verwachtingen waren laag, maar de opdrachten waren helemaal niet betuttelend!”

Deelvraag 3: ‘In hoeverre dient de cursus aangepast, verbeterd of aangevuld te worden?’

Om de bovenstaande vraag goed te kunnen beantwoorden is het belangrijk te kijken naar welke onderdelen de mantelzorgZorgcursus bevat; welke onderdelen binnen de cursus zijn van wezenlijk belang voor het slagen van de cursus en welke onderdelen dienen dus meegenomen te worden in het aanpassen/verbeteren van een cursus?

Onderdelen mantelzorgZorg cursus:

- Totale lengte van de cursus;
- De tijdsduur van de cursus bijeenkomsten;
- Het tijdstip van de cursus binnen de week en dag;
- De locatie waar de cursus plaatsvindt;
- De structuur van de bijeenkomsten (start-, werk- en afrondfase);
- Inhoud van de cursus ten aanzien van de doelen, de thema's en het materiaal;
- Het aantal cursisten;
- De achtergrond van de cursisten;
- De cursusleider (competenties);
- Overige zaken.

Lengte cursus

De cursisten geven aan behoefte te hebben aan een verlenging van de cursus. Aan de ene kant omdat men verandering ervaart en van mening is dat deze verandering meer kan beklijven als de cursus langer duurt. Aan de andere kant lijkt de wens geworteld te zijn door de angst in een zwart gat te vallen.

Een cursist vertelt tijdens het interview: *“Ik voel bij mezelf ook een verandering, maar dat gaat allemaal geleidelijk aan. Het doet toch wel wat. Als de cursus wat langer zal zijn dan zul je dat ook gaan zien bij de mensen. Er veranderen kleine stukjes, de cursus stopt te snel”.*

“Van mij mag het altijd. Of een herhaling, reünie. Het lijntje vasthouden. Nu vallen we in een zwart gat. Met je neus op de feiten. Ik wil geen afscheid voor altijd”.

Tijdsduur bijeenkomsten

Tijdens het interview werd de vraag gesteld of men vond dat er tijd af kon van het ‘voorgesprek’, of dat men vond dat de cursusbijeenkomst langer moest duren. Alle cursisten geven aan dat de bijeenkomst langer kan; er moet geen tijd af. Als reden voor verlenging werd ook aangegeven dat er soms geen tijd was om de werkstukken af te maken en dat er thuis ook niets van kwam dat te doen.

“Door het praten raak je ook een zware lading kwijt en ook door het werken. Maar we hebben wel behoefte aan een gesprek vooraf”.

“Er moet geen tijd afgehaald worden van de ‘praattijd’, er moet gewoon tijd bij!”

De observaties laten zien dat de cursisten bij bijna alle werkvormen meer tijd nodig hadden om het werkstuk te maken, dan hiervoor was berekend.

De cursusleider probeerde op veel ‘luchtige’ manieren de cursisten duidelijk te maken dat de tijd om was, maar vaak werd het ‘teken’ genegeerd en gingen de cursisten door met hun beeldend werk.

Eenmaal hadden cursisten het werk mee naar huis genomen om het af te maken, dit bleek lastig te zijn; thuis kwam men er niet aan toe.

Het tijdstip van de cursus binnen de week en dag

Het tijdstip waarop de cursus plaatsvindt is geen issue, afstemming op de agenda’s van de cursisten daarentegen wel.

De pilotcursus vond op een vrijdagavond plaats wat geen probleem bleek te zijn voor de cursisten, maar een enige mogelijkheid. De cursisten gaven duidelijk aan dat het alleen haalbaar was als het aansloot bij de volle agenda. Veel ‘schuifruimte’ hadden zij in deze agenda niet.

De locatie waar de cursus plaatsvindt

De locatie van de cursus is afhankelijk van de deelnemers; waar wonen de deelnemers en waar zijn zij regelmatig in de buurt? Ook hier geldt een zo goed mogelijke afstemming.

Een cursist vertelde hierover: *“Ik kon alleen nog met een zwaar gemoed kijken naar het verpleeghuis, door alle ellende die je daar mee maakt. Sinds kort kan ik er anders naar kijken, als een plek waar ik ook wat leuks heb”.*

De structuur van de bijeenkomsten (start-, werk- en afrondfase)

De cursisten hebben duidelijk aangegeven dat het voor hen noodzakelijk was om te beginnen met een moment van verbaal contact. Daarnaast werd er in de observaties gezien dat de cursisten moeite hadden te stoppen met het beeldend werken nadat zij eenmaal begonnen waren. Tijdens de observaties werd ook gezien hoe de sfeer veranderde tijdens het beeldend werken in vergelijking tot het verbale contact. Al deze aspecten bij elkaar geven aan dat de structuur goed is zoals deze gepland stond.

Vanuit de observaties:

“Mw bleef doorgaan met beeldend werken, ook nadat ik had aangegeven dat we moesten stoppen”. “Op mijn vraag ‘is iedereen klaar, kunnen we stoppen’ klonk een luide ‘NEE!’ door de ruimte”.

“Tijdens het beeldend werken lijkt de sfeer om te slaan naar wat meer ontspannen sfeer; er wordt gelachen en het gesprek wordt anders van inhoud.”

Inhoud van de cursus ten aanzien van de doelen, de thema’s, het materiaal en de werkvormen

De diverse materialen en de verschillende werkvormen werden door de cursisten als positief ervaren.

Tijdens de cursus werden wel al enkele aanpassingen gedaan in de werkvormen. Zo werd de werkvorm ‘zelfportret maken’ laagdrempeliger gemaakt door de ruimte te geven er een collage van te maken. De derde bijeenkomst (die optioneel was) kwam te vervallen doordat de groepssfeer goed was. De werkvorm waarin werd gewerkt met vilt werd, vanwege tijdgebrek, verlengd naar twee bijeenkomsten. Het maken van een fantasiedier in klei werd hierdoor ingekort naar een half uur.

De werkvorm tijdens bijeenkomst 7 (zie bijlage voor het oorspronkelijke cursusoverzicht) ‘leiding geven’ is vervangen door ‘samen schilderen’. Hierin werkte de cursisten in tweetallen aan één groot schilderij waar beide cursisten een andere opdrachten moesten uitvoeren.

Deze aanpassing werd gedaan doordat de oorspronkelijke opdracht, naar idee van de cursusleider, niet het beoogde effect had bereikt binnen de samenstelling van de groep en de groepssfeer. Doordat het maken van een cadeautje voor jezelf (bijeenkomst 9 in het cursusoverzicht) meer tijd in beslag nam is het maken van een kubus (bijeenkomst 10), komen te vervallen.

Cursisten vertelden hierover: *“Wel lekker om zo te kunnen kliederen, je kunt gewoon je gang gaan, heerlijk!”.*

“Veel en divers materiaal, goed om mee te werken. Iedereen kan het leren”.

“De opdrachten waren ontspannend. Vind ik heel belangrijk. Moet eigenlijk door gaan.”

“Het gevoel dat je afgeleid wordt, thuis kom je er niet aan toe. Nu is het gepland”

“Bezig zijn met onpraktische dingen. Het hoeft niet nuttig te zijn. We kunnen iets doen wat niet ‘nodig’ is, maar het geeft wel een gelukkig gevoel. Iets voor jezelf, niet voor een ander. Geen praktisch nut, wel een vreugde”.

Het aantal cursisten

Uit de observaties blijkt dat de cursisten soms intensieve begeleiding nodig hebben, vooral wanneer de cursisten elkaar nog niet voldoende kennen.

Vanuit de observaties:

“Drie cursisten gingen direct aan het werk, ik moest nog wat persoonlijke aandacht geven aan mw. om haar over de drempel te krijgen”

“Drie cursisten gingen hard aan het werk, mw. ging naar het toilet en liep wat rond, leek zich af te sluiten”.

De achtergrond van de cursisten

Om voldoende inlevend te kunnen zijn is het van belang op de hoogte te zijn van de situatie van de deelnemers.

Ook blijkt uit de observaties dat cursisten met praktische vragen kwamen die wellicht beter beantwoord hadden kunnen worden wanneer er meer achtergrondinformatie beschikbaar was geweest.

De cursusleider (competenties)

Uit de observaties blijkt dat de cursusleider over de volgende competenties dient te beschikken:

- **Flexibel:**

Werken met een groep cursisten vergt een flexibele houding. Er moet ruimte zijn voor eigen invulling van de cursist aangezien ‘ontspanning en het vinden van eigen kracht en zingeving’ hoofddoelen zijn. Op moment dat deze eigen kracht wordt ingezet door de cursist is het ongepast hier geen ruimte voor te geven.

Binnen de pilotcursus zijn de werkvormen een aantal keren aangepast aan de wensen die de cursisten aangaven. Zo wilde de groep graag iets samen bakken in plaats van maken. De laatste bijeenkomst is daardoor in tijd verlengt. De tijd hebben we gebruikt om een appeltaart te bakken.

- **Empathisch:**

Uit de observaties blijkt dat de cursisten ieder hun eigen problemen hadden waarover zij het graag wilden hebben. De cursisten gaven aan, tijdens de cursus en het groepsgesprek, dat zij het luisterend oor van de cursusleider erg hadden gewaardeerd. Het feit dat er belangstellende vragen werden gesteld gaf het gevoel dat er echt naar hen geluisterd werd.

- **Alert**

In een groep mensen is nooit iedereen gelijk, mensen verschillen van elkaar; de één trekt zich terug wanneer hij/zij zich rot voelt, een ander overcompenseert het ongemak misschien door veel aandacht te vragen.

Uit de observaties blijkt dat alle betrokken cursusleden op verschillende manieren aanwezig waren en dat de cursusleider erg alert moest blijven of iedereen wel voldoende aandacht kreeg.

- **Motiverend**

Het inhoudelijk programma van de mantelzorgZorg cursus is vanuit een bepaalde visie opgesteld en vormgegeven. Uit de gegevens van de pilotcursus blijkt dat er ook mogelijk cursisten zijn die twijfels hebben aan het inhoudelijk programma en hierdoor niet willen/kunnen meewerken aan het uitvoeren van de opdrachten.

De cursusleider dient de cursist de opdrachten zodanig uit te leggen dat de cursist de stap wil nemen. De cursusleider dient goed te kunnen motiveren en goede interventies te kunnen plegen.

Voor veel mensen is het omgaan met beeldend materiaal nieuw. Zelf actief bezig zijn is voor sommigen een grote stap. Cursisten kunnen met vragen komen als “wordt ik hier nu beter van?”. Het werkklimaat in de groep dient zodanig ondersteunend te zijn dat het de cursist helpt zijn weerstand te overwinnen.

Om deze aspecten te kunnen bewerkstelligen dient de cursusleider een aansluitende, empathische, ondersteunde en flexibele houding aan te nemen. De cursusleider moet goed kunnen luisteren naar de cursisten zodat de werkvormen zodanig aangeboden kunnen worden met voldoende aansluiting.

Overige zaken

- Denkbaar is dat de cursus in eerdere fase van het letsel ook een meerwaarde kan hebben.

Cursisten vertelden hierover: *“Als ik het begrip en de erkenning eerder had ervaren dan had dat gescheeld. Het is totaal anders dan de situatie waarin we nu zitten, waarin we horen hoe het is en dat we ons maar aan moeten passen. Dat we maar moeten accepteren”.*

“Cursus moet eerder omdat er dan aandacht voor de mantelzorger is. Je voelt je nu verwaarloost.”

“Minder boosheid als het eerder was geweest, een sterker gevoel van jezelf.”

“Misschien hoor je er dan eerder bij.”

- Op de vraag of de cursus speciaal voor de mantelzorger van mensen met NAH moet zijn en blijven valt geen eenduidig antwoord te geven. Omdat dit aspect niet direct is meegenomen in het onderzoek valt hier geen onderbouwd antwoord op te geven. Gesteld kan worden dat de deelnemers een groot belang hechten aan de herkenning en de steun die zij van de andere deelnemers krijgen. De vraag ontstaat of deze herkenning, steun specifiek is voor mantelzorgers van mensen met NAH.

4.2 Aanbevelingen

Vanuit de resultaten, en de ervaringen opgedaan vanuit het geven van de cursus, kan gesteld worden dat de cursus, ‘in oude staat’, goede effecten heeft behaald.

Ook kan er op basis van de resultaten gesteld worden dat er, ondanks het succes, een paar belangrijke aanpassingen gedaan kunnen worden welke de kwaliteit van de cursus ten goede kunnen komen.

De aanbevelingen zijn gestoeld op de bevindingen van de cursus en zijn als volgt:

Cursusstructuur (startfase, werkfase en afrondfase):

De structuur moet behouden blijven zoals deze in de cursus staat beschreven, alleen moet gekeken worden naar een mogelijkheid om de werkfase en de afrondfase te verlengen.

Thema's:

De thema's zijn gebruikt als kapstok waar de rest van de cursus 'omheen is gehangen'.

De thema's blijken voldoende aan te sluiten bij de beleving en het proces van de mantelzorger, maar blijken soms ook te confronterend. Bij het aanpassen van de cursus moet nagedacht worden hoe het thema zo ingezet kan worden dat deze of minder confrontatie oplevert. Ook kan nagedacht worden over een 'keuze mogelijkheid' van thema.

Werkvormen:

De cursisten gaven in de groepsevaluatie aan dat zij de werkvormen als erg leuk hadden ervaren, maar dat er te weinig tijd was geweest. Verder hadden de cursisten geen kritische kanttekeningen. Vanuit de onderzoeker/observator werden enkele kritische kanttekeningen geplaatst bij de duidelijkheid van de werkvorm. Hier en daar gaf de uitleg teveel ruimte voor eigen invulling van de cursisten en dat kwam niet altijd het doel ten goede. Ook zijn enkele werkvormen aangepast of vervangen door andere werkvormen.

Geadviseerd wordt dat de werkvormen nader bekeken worden om er vervolgens een duidelijkere uitleg en doelstelling bij te formuleren. Ook moet de tijdsindicatie aangepast worden en moet er gekeken worden naar een mogelijkheid waardoor de werkvorm meer op de cursist afgestemd kan worden.

Materialen:

De diversiteit aan materialen vonden de cursisten erg leuk. Het gaf het gevoel dat ze ook echt 'iets leerde'. Daaruit kan opgemaakt worden dat het goed is om niet alleen met bekende materialen te werken.

Een 'materiaal' wat toegevoegd is aan de cursus zijn 'magazines'. Een plaatje in een magazine zoeken wat het gevoel uitbeeldt dat je zelf niet kunt verbeelden werkte drempel verlagend. Dit is een belangrijk aspect om mee te nemen. Ook is een klein stukje materiaal verkenning in het begin wellicht een idee aangezien sommige mensen al heel lang geen contact hebben gehad met beeldende materialen. De mantelzorgers in deze pilotcursus lieten weten dat zij het werken met klei niet prettig hadden gevonden. Het is belangrijk om deze gegevens mee te nemen in het aanpassen van de cursus; wil je dat iemand in contact komt met zichzelf en ontspant in het beeldend werken dan is het van wezenlijk belang dat iemand met materialen werkt die hij/zij prettig vindt.

Het is belangrijk om na te denken over een 'vrije keuze' in materiaal.

Tijdsduur bijeenkomsten:

Duidelijk is naar voren gekomen dat de duur van de bijeenkomsten verlengt moet worden.

De bijeenkomsten stonden gepland voor 2 uur, maar dit bleek in werkelijkheid altijd 2,5 uur te zijn.

Wanneer er in bij de werk- en afrondfase tijd bij moet komen, dan is het belangrijk om goed te berekenen hoe lang de bijeenkomsten moeten duren.

Hierin moet goed gekeken worden naar de haalbaarheid; hoe langer de bijeenkomsten duren, hoe moeilijker de werving en het bieden van een juiste locatie wordt.

Aantal bijeenkomsten:

Het aantal bijeenkomsten moet blijven staan op 9 keer. Gekeken moet worden naar een manier om het afscheid minder zwaar te maken. Hierin kan gedacht worden aan een 'terugkom' bijeenkomst.

Locatie:

Bij een doelgroep als deze is het van te voren moeilijk te bepalen wat de meest geschikte plek is om een cursus te geven. Belangrijk hierin om mee te nemen is wederom de haalbaarheid; je wilt mantelzorgers bereiken die het al vreselijk druk hebben; de cursus moet geen extra druk opleveren.

Aantal deelnemers:

In de pilot cursus deden 4 cursisten mee, hetgeen voldoende bleek om een groepssfeer te creëren en goede omvang om te begeleiden. Vanuit deze ervaring wordt geadviseerd om de groep niet groter te maken dan 6 deelnemers in geval er maar één cursusleider aanwezig is.

Cursusleider:

Enkele competenties die de cursusleider moet beschikken werden al benoemd in de resultaten vanuit het onderzoek. Aangezien de cursus gegeven wordt vanuit een creatief therapeutische visie, lijkt het mij logisch dat de cursusleider beschikt over beroepscompetenties die vergelijkbaar zijn aan de competenties van de creatief therapeut.

De volgende competenties worden aanbevolen om mee te nemen in het profiel van de cursusleider:

Gericht op de omgang met de cursisten is de cursusleider:

- in staat om te luisteren naar woord en daad en de kern van het “verhaal” van de cursist te benoemen;
- in staat om nieuwe gezichtspunten in te brengen die aansluiten bij het “verhaal” van de cursisten;
- in staat om belangen, motieven en/of gevoelens van de cursisten te onderkennen en te benoemen;
- in staat om op vragen die leven bij de cursisten passende en zinvolle antwoorden te geven (situationeel, verbaal en met een medium);
- in staat om in eigen handelen rekening te houden met meningen, opvattingen en houding van de cursisten;
- in staat om persoonlijke belangen te scheiden van functionele belangen;
- in staat te beschrijven waar er verschillen van mening zijn en de aanleiding of oorzaak te benoemen;
- in staat om problemen in de samenwerking naar voren te brengen en bespreekbaar te maken.

Gericht op de omgang met externe instellingen is de cursusleider:

- in staat te beschrijven welke eisen in bepaalde situaties aan de cursus worden gesteld;
- in staat om redelijkheid en billijkheid van deze eisen kritisch af te wegen in relatie tot het functie voor de situatie;
- in staat om voor eigen meningen en overtuigingen uit te komen en te handhaven bij beslissingen en in handelen;
- in staat om eigen handelen te verantwoorden volgens de uitgangspunten van cursus;
- in staat om zorgvuldig om te gaan met regels en afspraken, grenzen en mogelijkheden in diverse situaties;
- in staat om eigen mogelijkheden en grenzen aan te geven bij te verrichten taken;
- in staat om feedback te vragen en te gebruiken of beredeneerd ter zijde te schuiven
- in staat om eigen gedrag, gedachten en gevoelens waar te nemen en te beoordelen en hierover communiceren;
- in staat de eigen motieven voor het beroep van hulpverlener te onderzoeken en te verwoorden

Gericht op verdere innovatie is de cursusbegeleider:

- in staat om in woord en daad zichtbaar actief aanwezig te zijn;
- in staat om nieuwe voorstellen te formuleren of zelfstandig nieuwe stappen te zetten;
- in staat om eigen inbreng en inbreng van anderen af te wegen en te combineren;

- in staat zelf nieuwe elementen of invalshoeken te zoeken bij het oplossen van problemen;
- in staat om over alternatieve oplossingen te discussiëren en een adequate keuze te maken;
- in staat belanghebbenden of buitenstaanders duidelijk te informeren over ondernomen acties of geleverde producten;
- in staat kosten en baten tegen elkaar af te wegen en in verband te brengen met beoogde of behaalde effecten.

Een ander aspect om mee te nemen in de cursus is de benaming voor de 'cursusleider'.

De naam 'cursusleider' staat niet in verhouding tot wat deze professional doet. Deze professional 'leidt' niet voornamelijk, maar 'sluit aan', of 'begeleidt'.

Een aanbeveling voor de cursus is in deze de naam 'cursusbegeleider' te gebruiken in plaats van 'cursusleider'.

Overige aanbevelingen:

- De deelnemers bleken veel te hebben aan ondersteunde teksten die zij vonden in de meegebrachte magazines. Dit aspect dient meegenomen te worden in het aanpassen van de cursus;
- De cursisten vonden een achtergrond muziekje tijdens het beeldend werken erg prettig, dit is een belangrijk punt om af te stemmen met de cursisten;
- Over de voorbereidingen die gedaan zijn om de cursus zo goed mogelijk te kunnen geven, als een intake gesprek, is weinig gezegd of geschreven. Desondanks is het belangrijke en relevante informatie. Geadviseerd wordt dan ook deze gedane voorbereidingen mee te nemen in de aanpassing van de cursus.

5. Beschouwing

Binnen de haalbaarheid van dit onderzoek is alles zo goed mogelijk uitgevoerd en naar waarheid beschreven.

In dit laatste hoofdstuk wordt beschouwend terug gekeken naar het onderzoek en worden er waar nodig, kritische kanttekeningen geplaatst bij de kaders van waaruit dit onderzoek gedaan is.

5.1 Discussie

Kleinschaligheid van het onderzoek

Door tijdsgebrek en een moeilijk bereikbare doelgroep betreft het hier een kleinschalig onderzoek waar in totaal 4 mantelzorgers bij betrokken zijn geweest bij een cursus die éénmalig gegeven is.

Dit onderzoek is een vervolg op het onderzoek dat ik vorig jaar gedaan heb. Hierdoor waren de grote lijnen voor het onderzoek helder en kon ik direct bij aanvang van het studiejaar 2009/2010 beginnen, waardoor ik 9 maanden de tijd had voor dit onderzoek. Toch speelt tijdsdruk een grote rol in de opzet van dit onderzoek en het feit dat er 'slechts' eenmalig een cursus gegeven is:

Het werven van mantelzorgers bleek niet eenvoudig te zijn. Ondanks de hulp van enkele grotere instanties resulteerde het werven in weinig succes.

Binnen mijn eigen werkomgeving bleken enkele mantelzorgers bereid te zijn om mee te doen aan het pilotonderzoek. Deze kleine groep mensen was vorig jaar ook betrokken bij het onderzoek waardoor de vraag ontstond of de informatie wel betrouwbaar genoeg zou zijn. En daarbij ging het uiteindelijk maar over 4 deelnemers, waar men in de cursusopzet van minstens 6 deelnemers uit is gegaan.

Bij de werving van de mantelzorgers bleken enkele drempels vanuit de cursus mee te spelen; de tijdsduur van de cursus, namelijk 9 a 10 bijeenkomsten, en het 'cursusonderwerp', het werken met beeldende middelen.

Door alle bovengenoemde aspecten bleek het onhaalbaar de werving breder op te zetten dan regionaal. Uiteindelijk zijn alle deelnemers afkomstig uit regio Den Haag.

Onderzoek muziekcursus

Om de kleinschaligheid van het onderzoek te beperken ben ik op zoek gegaan naar mogelijkheden om het onderzoek te verstevigen.

Zo heeft muziek student 'Daniel Zwerts' het muzikale gedeelte binnen het cursusaanbod voor zijn rekening genomen waardoor er uiteindelijk 2 groepen mee hebben gedaan aan de cursus.

Hierdoor kunnen de bevindingen met elkaar vergeleken worden en zijn deze breder te onderbouwen.

Verschillen en overeenkomsten tussen de groepen

Omdat de verschillen tussen de twee cursusgroepen mogelijk van invloed zijn op de resultaten uit de cursus is het noodzakelijk de verschillen en overeenkomsten eerst te specificeren:

	Beeldend cursus	muziekcursus
Aantal deelnemers	4	6
Geslacht	vrouw	vrouw
Leeftijd	32-85	35-65
Relatie tot naaste met NAH	Partner/ouder/kind	Partner/kind
Onderling contact	Twee cursisten zijn familie van elkaar en de cursisten kennen elkaar vanuit het verpleeghuis waar de naaste met NAH verblijven	De cursisten hebben niet eerder contact gehad

Het feit dat de cursisten uit de beeldend cursus elkaar voor aanvang van de cursus al ontmoet hadden dient zeker meegenomen te worden in de definitieve conclusie van de gegevens.

Hierin dient ook meegenomen te worden dat twee cursisten binnen de beeldend cursus een familieband met elkaar hebben, dit kan ook van invloed zijn op de uiteindelijke resultaten.

Ook het feit dat beiden groepen bestonden uit alleen vrouwelijke cursisten dient meegenomen te worden in het verwoorden van de definitieve conclusie.

Een belangrijk verschil tussen de twee cursussen is het verschil in locatie; waar de beeldend cursus gegeven werd binnen de instelling waar de naaste met NAH verblijven, werd de muziekcursus in een 'objectieve' ruimte gegeven.

Verskil in uitkomsten

Het enige wezenlijke verschil in uitkomsten tussen de beiden cursussen, is het verschil in de tijd die de cursisten tijdens de beeldend cursus nodig hadden voor het voeren van gesprek.

In de beeldend cursus ontstond daardoor een tijd tekort, waar dit in de muziekcursus niet het geval was. Gesteld kan worden dat de beeldend groep meer tijd in gesprek nodig had omdat er sprake was van een gedeelde achtergrond; zo hadden de cursisten elkaar al eerder ontmoet en deelden de cursisten informatie vanuit hun leefomgeving doordat hun naasten in dezelfde instelling verbleven.

Verdere verschillen in uitkomsten zijn er niet te benoemen, ondanks het verschil in groepen.

Aanpassingen

Binnen dit onderzoek zijn enkele aanbevelingen gedaan om de cursus 'MantelzorgZorg' op aan te passen. Zo wordt er geadviseerd om de cursusbijeenkomsten te verlengen en erover na te denken hoe de werkvormen en materialen meer aansluitend gemaakt kunnen worden.

De vraag kan gesteld worden of op basis van een kleinschalig onderzoek aanpassingen gedaan kunnen worden, of een nieuwe cursus niet weer andere inzichten zal geven.

Het antwoord hierop is dat met zekerheid gesteld kan worden dat de 'basis' van de cursus tot succes heeft geleid en dat deze basis, bestaande uit de op elkaar volgende thema's, behouden blijft.

De aanpassingen die gedaan zijn; het concreet maken dat het een cursus betreft en geen therapie en het genereren van meer ruimte in de cursus zelf. Bij de cursuswerving wordt duidelijk vermeld dat het belangrijk is om af te stemmen op de agenda van de cursisten. Mocht tijdens de werving, of cursus zelf, blijken dat de bijeenkomsten te lang zijn dan dient de cursusbegeleider dit op te merken en aan te passen. De cursuswerkvormen en tijdsduur zijn daarmee flexibel inzetbaar.

Therapie of cursus

Waar de kleinschaligheid duidelijk de kaders van het onderzoek aangeeft is de discussie tussen 'therapie' of 'cursus' de grens waarop gebalanceerd werd. Want, waarom betreft het hier een cursus en geen therapie?

Vanuit het pilotonderzoek wordt gesteld dat de cursisten geen directe interesse hebben in een therapeutisch vervolgaanbod. De achterliggende redenen waren per persoon verschillend: één cursist gaf aan geen directe aanleiding te voelen voor therapie, een andere cursist gaf aan dat therapie meer voor mensen is die zichzelf nog niet zo goed kennen.

Hieruit is op te maken dat de cursisten die deelgenomen hebben geen hulpvraag hebben waardoor therapie nodig zou zijn.

Een derde cursist gaf echter aan dat de cursus wel langer mocht duren omdat zij wel een kleine verandering bij zichzelf bemerkte. De cursus duurde naar het idee van de cursist te kort om de verandering echt te laten beklijven. Hieruit valt op te maken dat een therapeutisch aanbod wel wenselijk kan zijn, maar dat de benaming 'therapie' drempels opwerpt.

Vanuit het literatuuronderzoek wordt er door een 'herstelbril' naar de cursus gekeken.

Uit het literatuuronderzoek blijkt dat therapie over 'bewustwording', 'verandering' en 'symptoomreductie' gaat. Beeldende werkvormen worden ingezet met als doel nieuw gedrag aan te

leren. Therapie hoeft niet te betekenen dat iemand uiteindelijk genezen wordt verklaard, maar er zijn wel stappen gemaakt richting symptoomreductie.

‘Herstel’ gaat over een proces. Een proces waarin men op zoek gaat naar een sprankje hoop in een leven van angst, wanhoop, risico’s nemen, enzovoorts. ‘Herstel’ gaat over een proces waarin een persoon, met of zonder hulp, op zoek gaat naar de kracht in zichzelf om een volwaardige plek in te nemen in het leven.

Uit bevindingen van de pilotcursus is gebleken dat de mantelzorgers de aandacht en de ruimte voor de eigen persoonlijke beleving als zeer belangrijk ervaren.

De cursus bleek een heroriëntatiemoment te zijn waardoor eerste stappen naar herstel gemaakt konden worden.

Waar binnen de cursus gesproken werd over een ‘vervolgaanbod’ of ‘therapietraject’ bleken de cursisten afhoudend te reageren. In deze versie van de cursus is er daarom voor gekozen verder niet in te gaan op een mogelijk ‘vervolgaanbod’ of ‘tweede terapietraject’.

De cursus MantelzorgZorg heeft als doel ondersteuning te bieden en is daarbij gebaseerd op het creatief therapeutische gedachtegoed; de cursus zelf is echter geen therapie.

De vraag die daarbij gesteld kan worden is of de cursus ‘MantelzorgZorg’ bij de taken van een creatief therapeut thuishoren, of door een andere professioneel uitgevoerd kan worden.

Het antwoord op deze vraag is dat naar mijns inziens de cursus MantelzorgZorg alleen gegeven kan worden door een professional die creatief therapeutisch onderlegd is.

Redenen hiervoor zijn onder andere te vinden in de competenties die de cursusbegeleider dient te bezitten. Daarnaast is de cursus ‘open’ opgezet gebaseerd op het creatief therapeutisch gedachtegoed. De professional dient een keuze uit de werkvormen te maken waardoor aangesloten kan worden bij de cursist. De cursus is niet opgezet om een vaststaand programma aan te bieden.

Toekomst

Zoals eerder beschreven is dit een kleinschalig onderzoek. Verder onderzoek kan ervoor zorgen dat de cursus nog beter onderbouwd en aangescherpt kan worden.

Hier kan de vraag gesteld worden waarom de cursus een meerwaarde is op het bestaande aanbod en welke plek het binnen het huidige aanbod in kan nemen.

Vanuit onderzoek is gebleken dat het huidige aanbod ‘alleen’ adviserend is of directe ondersteuning biedt door respijtzorg. Het huidige aanbod bevat naar mijn weten geen non verbale aanpak gericht op het werken met beeldende en muzikale middelen, die direct doet ervaren en mensen tot ontspanning en plezier laat komen.

Zoals Smeijsters schrijft: ‘Het vergroten van het aantal positieve emoties maakt ons sterker en stressbestendiger. Hieruit moge de meerwaarde van de cursus duidelijk zijn, maar is de toekomstige plek nog niet helder. Is het wel realistisch om na te denken over een nieuw aanbod binnen een tijd waar al zoveel bezuinigd wordt op zorg en welzijn?’

Naar mijn idee is het nu juist wel de tijd om ‘MantelzorgZorg’ breder in te zetten. Juist nu is de aandacht meer dan ooit gericht op de mantelzorg en staat dit onderwerp hoog op de agenda van de overheid. Vanuit deze overheid hebben de gemeenten de taak gekregen om mantelzorgers te ondersteunen, een regionale aanpak is in deze denkbaar.

Daarnaast biedt de cursus mogelijkheden om een nieuwe doelgroep (mantelzorgers van mensen met NAH) te introduceren binnen de opleiding creatieve therapie. Dit zou een verbreding binnen het ondersteuningsaanbod voor de mantelzorger betekenen, maar tevens ook een verbreding van het werkveld van de creatief therapeut.

Financiële kant van de cursus

Wat kost de cursus in totaal en is het rendabel in verhouding tot wat je ervoor krijgt?

Wat materiaalkosten betreft komt de beeldend cursus neer op ongeveer €180,- Dit is exclusief de reiskosten die gemaakt zullen worden.

Wat arbeidskosten betreft, moet de cursusbegeleider zich realiseren dat de cursus (inclusief voorbereidingstijd) tussen de 50 en 55 uur tijd kost. Dit moet omgezet worden in het uurloon dat de cursusbegeleider wil verdienen.

Alvorens er nagedacht kon worden over het verdere financiële randvoorwaarden om met de cursus echt aan de slag te kunnen gaan, moest de cursus eerst op werkbaarheid en haalbaarheid uitgetoetst worden. Met dit pilotonderzoek is deze eerste stap gezet.

Hoe de verdere 'financiële randvoorwaarden' er uit moet komen te zien is binnen de kaders van dit onderzoek nog niet verder uitgewerkt.

5.2 Conclusie

Terug kijkend naar het gehele proces van het pilotonderzoek waarin de beeldend cursus voor het eerst gegeven werd, kan ik stellen dat de uitkomsten van deze cursus zeer positief zijn.

Maar, binnen de cursus waren de deelnemers bekend met elkaar en waren twee deelnemers familie van elkaar. Hoe gemakkelijk is het dan om deze positieve effecten te bereiken?

Het pilotonderzoek, waarin Daniel Zwerts de muziekcursus gegeven heeft, ondersteunt de positieve uitkomsten van de beeldend cursus. Ondanks het feit dat de deelnemers van de muziekcursus niet bekend met elkaar waren en geen familie van elkaar zijn, waren de uitkomsten voor het overgrote deel gelijk. Ook binnen deze cursus ontstond er een hechte groepsband en ook hier kwamen de cursisten tot ontspanning en een plezierervaring.

En zou je ook niet kunnen stellen dat het feit dat de groepsleden elkaar van eerder kenden, niet direct een voorsprong hoeft te betekenen?

Al met al kan verondersteld worden dat de creatieve kant van het cursusaanbod, en de wijze waarop deze creatieve werkvormen zijn opgebouwd, tot een 'samengevoel' en contact met eigen zinbeleving hebben geleid.

Aangezien de ervaringen opgedaan zijn met alleen vrouwelijke cursisten is het van belang om in de aanpassing van de cursus rekening te houden met mogelijk mannelijke deelnemers.

Waar de basis, van de opeenvolgende thema's en het werken met beeldende materialen, een goede basis blijkt te zijn, is gebleken dat gerelateerd aan het aanbieden van de werkvormen iets meer ruimte ingebed moet worden.

De rol van de cursusbegeleider is hierin cruciaal. Van de cursusbegeleider wordt verwacht dat hij/zij aan kan sluiten bij de leefwereld, de mogelijkheden en onmogelijkheden van de cursist, in houding en in beeldend aanbod.

Mijn conclusie is dat de cursus 'MantelzorgZorg' een positieve bijdrage levert in de ondersteuning van de mantelzorgers van mensen met NAH. Door het pilotonderzoek zijn de positieve effecten weergegeven. Ook heeft het pilotonderzoek geleid naar goede aanbevelingen waardoor de cursus aangepast, en daardoor nog beter, aangeboden kan worden.

Daarnaast biedt de cursus een mogelijkheid om een relatief nieuwe doelgroep binnen de opleiding creatieve therapie te introduceren.

5.3 Samenvatting

De aanleiding voor dit pilotonderzoek vormt de oorspronkelijke cursus mantelzorgZorg in 2009 opgesteld door Dewy Karsten Schöler en Marcella Hilbers.

Door middel van een evaluatieonderzoek is geprobeerd het effect te meten van deze cursus.

De hoofdvraag hierbij was *“In hoeverre levert de cursus ‘MantelzorgZorg’ een bijdrage in de ondersteuning van de mantelzorgers van mensen met NAH, na éénmalige deelname?”*.

De cursus is hiervoor aangeboden aan 4 mantelzorgers. De effectmeting is uitgevoerd door middel van video opnamen, observeren en vragenlijsten voor de cursisten.

Dit heeft op hoofdlijnen geleid tot de volgende bevindingen:

De cursus sluit in de basis aan bij de beleving van de mantelzorgers en vormt een bijdrage aan de ondersteuning van deze groep mensen. Met name de gekozen thema's: "samen/groepsgevoel, voor jezelf zorgen, grenzen aangeven, toekomstperspectief & het vinden van balans" blijken goed aan te sluiten bij de leefwereld van de mantelzorger.

Daarnaast zijn een aantal bevindingen inzichtelijk geworden. Zo is de duur van de bijeenkomsten te kort gebleken voor een bevredigende uitvoering van de werkvormen. Daarnaast bleek het aanbod van de werkvormen te beperkt om goed aan te kunnen sluiten bij de cursisten. Tevens is meer inzicht verkregen in de benodigde competenties voor de cursusbegeleider. Ten slotte: uit bevindingen van de pilotcursus is gebleken dat de mantelzorgers de aandacht en de ruimte voor de eigen persoonlijke beleving als zeer belangrijk ervaren. De cursus bleek een heroriëntatiemoment te zijn waardoor eerste stappen naar herstel gemaakt konden worden.

Waar binnen de cursus gesproken werd over een 'vervolgaanbod' of 'therapietraject' bleken de cursisten afhoudend te reageren. In deze aangepaste versie van de cursus is er daarom voor gekozen verder niet in te gaan op een mogelijk 'vervolgaanbod' of 'tweede terapietraject'.

De cursus MantelzorgZorg heeft als doel ondersteuning te bieden en is daarbij gebaseerd op het creatief therapeutische gedachtegoed; de cursus zelf is echter geen therapie.

Al deze bevindingen zijn verwerkt in een nieuwe versie van de cursus.

Geraadpleegde literatuur

- Beelen, F. & Oelers, M. (2000). *Interactief. Creatieve therapie met groepen*. Houten/Diegem: Bohn Stafleu Van Loghum.
- Belle van, P. & Zadoks J. (2005). *Methodisch ondersteunen van mensen met hersenletsel, Greep op je leven met Hooi op je vork*. Utrecht: Lemma.
- Budde, E. (1998). *Creatieve therapie in praktijk*. Deventer: Van Loghum Slaterus bv.
- Buijssen, H. (2005), *Hulpverlening aan mantelzorgers*, Amsterdam: Boom.
- Earl, T. (1987). *Cursusontwikkeling, kunst en vakwerk*. Amsterdam: W. Versluys Uitgeversmaatschappij bv.
- Eilander, H. & Belle-Kusse, P.van, & Vracken, P. (2006). *Hersenletsel: achtergronden en aanpak. Ze zeggen dat ik zo veranderd ben*. Den Haag: Uitgeverij Lemma.
- Karsten Schüler, D. & Hilbers, M. (2009). *MantelzorgZorg, cursusboek 'Vind je eigen kracht'*. Amersfoort: Hogeschool Utrecht afstudeeropdracht opleiding Creatieve Therapie.
- Palm, J. (1998). *Portemonnee in de diepvries*. Utrecht: Kosmos – Z&K.
- Schweizer, C. (2009). *Handboek beeldende therapie, uit de verf*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Smeijsters, H. (2008). *De kunsten van het leven. Voorbeelden uit de creatieve therapie*. Diemen: Veen Magazines.
- Smeijsters, H. (2008). *De kunsten van het leven*. Diemen: Veen Magazines.
- Smeijsters, H. (2003). *Handboek Creatieve Therapie*. Bussum: Coutinho.
- Tonkens, E. & Broeke van den, J. & Hoijsink, M. (2009). *Op zoek naar weerkaatst plezier. Samenwerking tussen mantelzorgers, vrijwilligers. Professionals en cliënten in de multiculturele stad*. Amsterdam: University Press, Pallas Publications.

Onderzoeken

- Amersfoort, H. van, & Driel, M. van, & Veenstra, M. (2008). *NaHulp, over partners van mensen met niet-aangeboren hersenletsel. Afstudeeronderzoek*. Leiden: Hogeschool Leiden.
- Boer, A. de & Broese van Groenou, M. & Timmermans, J. (2009). *Mantelzorg, een overzicht van de steun van en aan mantelzorgers in 2007*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Boer, A. de & Timmermans, J. (2007). *Blijvend in balans, een toekomstverkenning van informele zorg*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Jansen, A. & Mulder, S. & Veldhuizen, W. (2008). *“Wat maakt de inzet van een ‘kunstzinnige’ activiteit tot therapie?”*. Amersfoort: Hogeschool Utrecht.

Karsten-Schüler, D. & Hilbers, M. (2009). *Rapportage MantelzorgZorg*. Amersfoort: Hogeschool Utrecht.

Kooiker, S & Boer de, A. (2008). *Portretten van mantelzorgers*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Meer, I. van der, & Snoek, M. (2007). *Creabiliteit. Praktische handleiding voor het aanbieden van drama-en muziekactiviteiten in een dagactiviteitencentrum*. Amersfoort: Hogeschool Utrecht.

Witteveen, E. & Visser H. (2007). *Rapportage Goeie Snap van elkaar*. Amersfoort: Hogeschool Utrecht.

Bijeenkomsten/presentaties

Symposium: 'Het venijn zit 'm in de staart' (26 maart 2009). Over nieuwe ontwikkelingen in de zorg aan mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel. Lezing van Ellen Witteveen over het perspectief van de cliënt met Niet Aangeboren Hersenletsel en diens vaste mantelzorger.

Symposium: Niet aangeboren hersenletsel, communicatie: een hoofdzaak?! (Regionaal symposium waarbij informatie, communicatie en netwerken centraal staan) (Capelle a/d IJssel ,1 oktober 2009).

Werkconferentie: 'Wonen, Werken, Welzijn'. Met o.a.: N. Farenhorst, psycholoog, die een voordracht hield over 'Psychische gevolgen van NAH en de invloed op het gezinsleven' (Zwolle, 9 oktober 2009).

Netwerkmiddag vanuit het intersectoraal overleg Niet-aangeboren Hersenletsel. Doel is om het aanbod op het gebied van diagnostiek, behandeling en verblijf beter te leren kennen en contacten te leggen (Oegstgeest, 28 oktober 2009).

Openingscongres 'week van de chronisch zieken'. Minisymposium: mantelzorg, zet eens een andere bril op!'. Prof.dr. Mia Duijnstee en dr. Michel Jansen ontwikkelden de lesmethode over mantelzorg *Bespreikbaar maken van morele problemen*. De methode is bedoeld voor gezondheidszorgopleidingen en mantelzorgondersteuners en beoogt mensen anders naar mantelzorg te laten kijken (Nieuwegein, 6 november 2009).

Symposium: Herstelondersteunende zorg, de nieuwe uitdaging (Utrecht, 8 december 2009).

Georganiseerd door het Stedelijke Expertisecentrum Mantelzorg.

Kennis delen, discussiëren en prikkelend improvisatiecabaret zijn de hoofdingrediënten van deze bijeenkomst. De Expertmeeting valt samen met de officiële start van het Expertisecentrum.

BIJLAGE 1) Analyse stap 1 + 2 (observatieschema's)

Analyse stap 1

Schema 1, resultaten van de observaties (onderzoekers):

Bijeenkomst 1+2 / Thema: 'samen/groepsgevoel' / Werkvorm: Zelfportret en een kwartet maken

Observatievragen:	Observatie 1	Observatie 2
OPDRACHT: Waardering	Deelnemers hebben het als positief ervaren	Deelnemers hebben het als positief ervaren (nadat de opdracht aangepast was)
Duidelijkheid	De opdracht is goed begrepen	De opdracht is goed begrepen, extra uitleg was bij 2 nodig
Uitvoerbaarheid/haalbaarheid	De opdracht was goed uitvoerbaar	De opdracht was goed uitvoerbaar; men ging allemaal aan de slag
SFEER: Groep	Open en betrokken sfeer; iedereen ging zijn eigen gang, mensen lieten veel van zichzelf zien	Over het algemeen was er een rustige sfeer; het begin was grillig door de negatieve verhalen
bijeenkomst	Er was een verschil te bemerken tussen de start, het beeldend werken en het afronden	Er was een verschil te bemerken tussen de start, het beeldend werken en het afronden
DOEL OPDRACHT Komen de deelnemers in contact met elkaar?	Ja, binnen en buiten het beeldend werken komt men in contact met elkaar	Ja, binnen en buiten het medium. Laten plaatjes aan elkaar zien en het beeldend werk. Ook worden verhalen en ervaringen uitgewisseld
Wat zijn de verwachtingen van de deelnemers?	Het is te vroeg om de verwachtingen te kunnen benoemen	Één deelnemer kon alleen iets vertellen over de eigen verwachtingen; deze deelnemer verwachtte steun te krijgen van de andere deelnemers door het delen van haar verhaal
Komen de deelnemers in contact met zichzelf/ kunnen de deelnemers de problemen even loslaten en zich richten op het beeldend werken?	Ja, de deelnemers proberen iets van hun zelf uit te beelden. Er wordt een vertaalslag gemaakt naar iets wat echt over hen gaat	Ja, de deelnemers waren druk aan het werk, hadden het niet meer over de problemen van daarvoor. De resultaten waren erg inhoudelijk/persoonlijk van aard, men had er veel van zichzelf ingelegd.
Wat werkte belemmerend/bevorderend in het contacten leggen?	Dat de cursisten elkaar al kenden werkte bevorderend. Ook het werken met beeldende materialen deed dat	Dat de deelnemers elkaar al een beetje kende. De koffie en koekjes werkte bevorderend voor de sfeer en het contact

Bijeenkomst 3+4 / Thema : 'voor jezelf zorgen' / Werkvorm: Vilt en een dier van klei maken

Observatievragen:	Observatie 1	Observatie 2
OPDRACHT: Waardering	Positief, de deelnemers gingen enthousiast aan het werk, wilde ook wel direct beginnen	Positief al vond men de inhoudelijke kant van de opdracht wel moeilijk. Het werken met het materiaal vind men leuk
Duidelijkheid	Op uitvoerbaarheids niveau was het duidelijk, de inhoudelijke opdracht vind men moeilijk te verbeelden	Niet alle deelnemers konden de opdrachten uitvoeren en er werden wel nog wat verduidelijkende vragen gesteld
Uitvoerbaarheid/haalbaarheid	In tijd bleek de opdracht uit de 3 ^e bijeenkomst niet haalbaar, deze werd verlengd naar de 4 ^e bijeenkomst	Bijna alle deelnemers hadden de opdracht gedaan, dit is te zien aan het resultaat
SFEER: Groep	Positief, betrokken	Er is een eenheid ontstaan, een hechte sfeer
bijeenkomst	De start is anders van sfeer dan de rest van de bijeenkomst, de verandering start bij het beeldend werken	Er is een significant verschil te zien tussen de start en de rest van de bijeenkomst
DOEL OPDRACHT Komen de deelnemers in contact met elkaar? Ervaren de deelnemers steun van elkaar?	Ja, zowel in en buiten het medium zoekt men contact en ervaart men naar mijn idee steun van elkaar. Men spreekt elkaar regelmatig aanmoedigend toe en men zoekt elkaar duidelijk op bij de uitleg van een werkvorm (in oogcontact)	Ja, men ervaart indirect steun van elkaar. De herkenning in de problemen die zij ervaren geeft deze indirecte steun
Komen de deelnemers in contact met zichzelf/ bewuster van hun eigen gevoelens?	Ja, de deelnemers komen in contact met zichzelf. Dit blijkt uit de dingen die in de evaluatie, verbaal en non-verbaal, teruggekoppeld worden. De dingen die benoemd en te zien zijn, geven een deel van de innerlijke beleving weer	Nee, de deelnemers verbeelden wel een innerlijke beleving, maar hiermee kan nog niet gesteld worden dat zij zich bewuster worden van hun eigen gevoel
Wat werkte belemmerend/ Bevorderend in het sensitief zijn voor eigen behoeften?	De voorbeelden bij de uitleg werkten bevorderend. Belemmerend werkte de snelheid waarmee de werkvormen uitgevoerd moesten worden. Eigenlijk te snel	Belemmerend werkt het verschil in de mensen. Niet iedereen werkte op het zelfde 'niveau' tegelijkertijd was dit juist ook weer bevorderend omdat het zo duidelijk het verschil in beleving aangaf

Bijeenkomst 5+6 / Thema : 'Grenzen aangeven' / Werkvorm: Samen schilderen en kleien

Observatievragen:	Observatie 1	Observatie 2
OPDRACHT: Waardering	Wel eng, een beetje een emotionele achtbaan, maar desondanks positief	Leuk, maar ook wel moeilijk Ook leerzaam
Duidelijkheid	De 'plaats/ruimte innemen' opdracht werd inhoudelijk niet opgepakt	De kleiopdracht werd vrij letterlijk genomen. Ook de samenwerk opdracht werd niet goed begrepen
Uitvoerbaarheid/haalbaarheid	De opdrachten lieten teveel ruimte voor eigen interpretatie waardoor dingen vrij letterlijk werden genomen. Zelfs na aanpassing	De opdrachten werden vrij letterlijk genomen, werden verder wel goed uitgevoerd
SFEER: Groep	Rust en een sfeer dat iedereen er mag zijn	Positieve sfeer waar gelachen wordt, waar men plezier heeft
bijeenkomst	Er is wel een evenwicht in de bijeenkomst gevonden; er moet verbaal geuit worden, maar er is intrinsieke motivatie tot het beeldend werken	Er blijft een verschil te bemerken tussen de start en de rest van de bijeenkomst
DOEL OPDRACHT Werden de deelnemers zich meer bewust van hun eigen grenzen en het stellen ervan?	Er werd wel over het onderwerp gesproken, maar er is maar erg summier over gereflecteerd, bewustwording in geweest	Er worden geen significante uitspraken gedaan omtrent het bewust worden van de eigen grenzen
Komen de deelnemers in contact met zichzelf/ kunnen de deelnemers de problemen even loslaten en zich richten op het beeldend werken?	De deelnemers lijken in het beeldend werken de problemen van alledag even te 'parkeren'. De aandacht is gericht op de werkvorm en elkaar	Tijdens het beeldend werken is de sfeer ontspannen en wordt er gelachen en plezier gemaakt
Wat werkte belemmerend/ Bevorderend in het begrenzen?	Belemmerend werkt het weinig in contact zijn met de eigen gevoelens waardoor het grenzen aangeven wellicht een stap te snel komt. Ook de instellingsproblemen staan vaak tussen het in contact komen, het leidt teveel af. Beeldend werken is toch nog vaak 'mooie plaatjes maken'.	Het beeldend werken; het werkt 'bevrijdend' volgens een deelnemer. Belemmerend werkt in deze opdracht de ruimte tot interpretatie waardoor de deelnemers hun grenzen niet hoeven te stellen

Bijeenkomst 7 + 8/ Thema : 'Toekomstperspectief' / Werkvorm: deur maken van divers materiaal en een cadeau voor jezelf (ontwerp)

observatievragen	Observatie 1	Observatie 2
OPDRACHT: Waardering	Positief; iedereen doet mee en niemand treuzelt tijdens de opstart	Deze opdracht wordt wisselend ontvangen; één deelnemer vindt het inhoudelijke overeenkomen met de andere opdrachten en voor een andere deelnemer was de opdracht erg moeilijk
Duidelijkheid	Er worden wel vragen gesteld tijdens de uitleg, maar de opdracht was verder goed uit te voeren	Na verduidelijkende vragen kon de opdracht uitgevoerd worden
Uitvoerbaarheid/haalbaarheid	De opdrachten waren wel uit te voeren wat duidelijkheid betreft, maar in tijd was het niet haalbaar	Het zoeken naar thema's vergt tijd. Iedereen heeft zijn toekomstbeeld kunnen verwerken in het beeld
SFEER: Groep	Positief; er wordt veel gepraat en ook gelachen	Er is een open sfeer waarin de deelnemers de ruimte voelen zichzelf te laten zien
bijeenkomst	Iedereen is in een 'werkflow', men is gericht op het beeldend werken	De start heeft een geladen sfeer door de negatieve ervaringen die gebeurd zijn, de sfeer veranderd wanneer er beeldend gewerkt wordt
DOEL OPDRACHT Komen de deelnemers in contact met elkaar?	Het contact in de 7 ^e bijeenkomst is voornamelijk in de nabespreking en tijdens de start. Tijdens het beeldend werken is men meer gericht op het eigen proces. Tijdens de werkvorm in bijeenkomst 8 is er meer contact tussen de deelnemers ook tijdens de werkvorm, maar dit kan ook te maken hebben met dat er maar twee deelnemers waren	Ja, tijdens de start en de nabespreking. Het contact is wat serieuzer van aard doordat de gesprekken inhoudelijk wat zwaarder worden
Komen de deelnemers in contact met zichzelf/ kunnen de deelnemers de problemen even loslaten en zich richten op het beeldend werken?	Ja, tijdens het beeldend werken worden de problemen van daarvoor niet meer benoemd	Ja, Gaandeweg de cursus laten de deelnemers steeds meer positieve dingen van thuis zien aan elkaar dmv foto's en beeldend werk
Wat werkte belemmerend/ Bevorderend in het toekomstperspectief plaatsen	Het feit dat de situaties van de deelnemers erg zwaar zijn waardoor het eigenlijk niet te doen is in zo'n korte tijd het over het vormgeven van een toekomstperspectief. Bevorderend is de steun die de deelnemers van elkaar krijgen en de feedback d.m.v. het cadeautje wat ze van elkaar krijgen	Het maken van beeldend werk waarin het toekomstbeeld tot uiting komt geeft aanleiding tot het verbaal communiceren over dit thema.

Bijeenkomst 9 / Thema: 'Toekomstperspectief en balans' / Werkvorm: cadeauontwerp uitwerken in sepia

observatievragen	Observatie 1	Observatie 2
OPDRACHT: Waardering	Leerzaam, appeltaart bakken was erg gezellig, leuk	Leuk; er wordt gezellig gekletst
Duidelijkheid	Hoe het ontwerp in de sepia moest worden gemaakt was niet helemaal duidelijk	De deelnemers hebben de opdracht goed begrepen
Uitvoerbaarheid/haalbaarheid	De schelp brak vrij snel waardoor het goed was dat ik meer tijd had gerekend	De tin kon niet gegoten worden door locatieomstandigheden
SFEER: Groep	Bijna familiair; er werden cadeautjes uitgedeeld en er was een vrolijke toon	Positief, gekletst, gelachen
bijeenkomst	Van erg uitgelaten tijdens het bakken van de appeltaart, naar ook wel in zichzelf gekeerd tijdens het beeldend werken. Men gaf wel aan moeite te hebben met het afscheid van de cursus	Positieve sfeer waarin aandacht kan zijn voor elkaar situatie omdat de directe naaste er ook zijn tijdens de tentoonstelling
DOEL OPDRACHT Komen de deelnemers in contact met elkaar?	Ja, er was veel contact. Zowel in aandacht voor elkaars werk, als naast het beeldend werk	Ja, men heeft veel contact in het beeldend werk en daarbuiten
Komen de deelnemers in contact met zichzelf/ kunnen de deelnemers de problemen even loslaten en zich richten op het beeldend werken?	Ja, de deelnemers komen wel in contact met zichzelf, maar komen ook in contact met de eigen problemen (een aantal) namelijk de toekomst waar ze hun naaste niet meer zullen hebben	Ja, maar de deelnemers hebben meer moeite met iets voor zichzelf te maken, dan voor de ander. Het contact met zichzelf in context van het thema is toch moeilijk
Wat werkte belemmerend/ Bevorderend in het plaatsen van de toekomstperspectief en het vinden van balans?	Het meebrengen van hun naasten werkt bevorderend, slaat een brug van de cursus naar 'thuis'	Belemmerend werkt het benoemen van het werken aan balans, het werkt als een soort van onhaalbaarheid. De korte tijd werkte ook belemmerend. Positief is de zoektocht in beeldend werken, het is iets wat te bezichtigen is, waar de naasten bij betrokken kan worden

Analyse stap 2

Schema 2, resultaten van de observaties (deelnemers):

Bijeenkomst 1+2 / Thema: 'samen/groepsgevoel' / Werkvorm: Zelfportret en een kwartet maken

observatievragen	Vanuit gesprekken voor en na de cursus	Vanuit het groepsgesprek na de gehele cursus
OPDRACHT: Waardering	goed om op deze manier jezelf voor te stellen, werkt beter omdat je zo andere dingen van jezelf kan laten zien en op andere dingen komt ingewikkeld om inhoudelijk invulling te geven	Goed, interessant. Leuk. Te weinig tijd.
Duidelijkheid	Ja, duidelijk, de tweede bijeenkomst was lastig wat kaarten betreft	Duidelijk, eenvoudig te begrijpen
Uitvoerbaarheid/haalbaarheid	Te weinig tijd, in korte tijd denk je in een soort van 'kant en klaar' maaltijd oplossing	Zeer uitvoerbaar, alleen te weinig tijd. Beetje veel in de tijd die ervoor is. Goed om mee te werken, iedereen kan het leren.
SFEER: Groep		Sfeer was goed. Samenwerking was goed. Goed cement. Respect voor elkaar.
bijeenkomst		Gezellig, ook door de aanwezigheid van muziek
DOEL OPDRACHT Komen de deelnemers in contact met elkaar?		je leert elkaar kennen. Weg van het verdriet. Bezig zijn en contacten leggen. We gaan het missen.
Wat zijn de verwachtingen van de deelnemers?	Geen verwachtingen Een volgende keer lieten enkele deelnemers weten tegen de cursus hebben opgezien i.v.m de hoeveelheid.	Ik zag er tegenop. Het programma kwam betuttelend over, alsof we kleine kinderen waren. We dachten; het gaat toch niet helpen, we zitten met grote problemen en dan gaan we een beetje zitten kleien! Verwachting was laag. Maar de opdrachten waren niet betuttelend.
Komen de deelnemers in contact met zichzelf/ kunnen de deelnemers de problemen even loslaten en zich richten op het beeldend werken?	- Ik neem altijd teveel hooi op mijn vork/ - Nu gaat het goed, maar als ik door de weeks bij mijn man kom dan val ik terug/ik kom nu weer aan mijzelf toe, was altijd maar met hem bezig - Dit is zoals ik mijzelf zie, zo in deze sfeer/ik heb af en toe het gevoel dat ik vastloop in mijn eigen gedachten patroon - Ik ben als een vastgepinde vlinder	Binnen de opdrachten kreeg je weer de mogelijkheid om je kind te voelen, Veel waard.
Wat werkte belemmerend/bevorderen in het contacten leggen?		

Bijeenkomst 3+4 / Thema : 'voor jezelf zorgen' / Werkvorm: Vilt en een dier van klei maken

observatievragen	Vanuit gesprekken voor en na de cursus	Vanuit het groepsgepraak na de gehele cursus
OPDRACHT: Waardering	heel moeilijk, leuk, wel goed om te doen	Goed, interessant. Leuk. Te weinig tijd.
Duidelijkheid	Te onduidelijk, weinig concreet. Wel duidelijk, weet alleen nog niet wat het moet worden	Duidelijk, eenvoudig te begrijpen
Uitvoerbaarheid/haalbaarheid	Tekort tijd. Je moet op tijd een idee hebben	Zeer uitvoerbaar, alleen te weinig tijd. Beetje veel in de tijd die ervoor is. Goed om mee te werken, iedereen kan het leren.
SFEER: Groep		Sfeer was goed. Samenwerking was goed. Goed cement. Respect voor elkaar.
bijeenkomst		Gezellig, ook door de aanwezigheid van muziek
DOEL OPDRACHT Komen de deelnemers in contact met elkaar? Ervaren de deelnemers steun van elkaar?	Steun in het dealen met instellingsproblemen	Er was saamhorigheid je leert elkaar kennen. Weg van het verdriet. Bezig zijn en contacten leggen. We gaan het missen.
Komen de deelnemers in contact met zichzelf/ bewuster van hun eigen gevoelens?		Door de vragen moest je over jezelf nadenken. Best moeilijk want je bent niet zo met jezelf bezig. Je staat er niet voor open. Door de opdrachten wordt je erop gedrukt en moet je over jezelf nadenken. Tijdelijk ga ik van mijn problemen weg, weg van de zware dingen.
Wat werkte belemmerend/ Bevorderend in het sensitief zijn voor eigen behoeften?	Tijdsdruk en te weinig ervaring met de techniek	

Bijeenkomst 5+6/ Thema: 'Grenzen aangeven'/ Werkvorm: Samen schilderen en kleien

observatievragen	Vanuit gesprekken voor en na de cursus	Vanuit het groepsgepraak na de gehele cursus
OPDRACHT: Waardering	Te weinig nuttig, niet mijn materiaal. Moeilijk om je gevoel er in te leggen. Je mag nu iets doen wat je normaal niet doet, het maakt los Het is eigenlijk hetzelfde als bij het vilt, je moet iets van jezelf laten zien. Onbekend materiaal, proberen daar een vorm aan te geven. Soort rollenspel. Vond het wel heel leuk en leerzaam. Met verf: leuk, maar samenwerken terwijl je niet mag overleggen is moeilijk.	Goed, interessant. Leuk. Te weinig tijd.
Duidelijkheid	de deelnemers voeren de opdracht allemaal uit	Duidelijk, eenvoudig te begrijpen
Uitvoerbaarheid/haalbaarheid	In tijd was het goed haalbaar en n.a.v. de uitleg lukte het de deelnemers ook	Zeer uitvoerbaar, alleen te weinig tijd. Beetje veel in de tijd die ervoor is. Goed om mee te werken, iedereen kan het leren.
SFEER: Groep		Sfeer was goed. Samenwerking was goed. Goed cement. Respect voor elkaar.
bijeenkomst		Gezellig, ook door de aanwezigheid van muziek
DOEL OPDRACHT Werden de deelnemers zich meer bewust van hun eigen grenzen en het stellen ervan?	Ik zit gewoon zo in elkaar, moeilijk om te veranderen, ik hoor het elke dag van mijn kinderen. Ik doe teveel, zou het wel willen veranderen.	
Komen de deelnemers in contact met zichzelf/ kunnen de deelnemers de problemen even loslaten en zich richten op het beeldend werken?	er wordt veel gelachen. De deelnemers zijn beeldend bezig maar persoonlijke thema's komen daaruit ook aan de orde	Door de vragen moest je over jezelf nadenken. Best moeilijk want je bent niet zo met jezelf bezig. Je staat er niet voor open. Door de opdrachten wordt je erop gedrukt en moet je over jezelf nadenken. Tijdelijk ga ik van mijn problemen weg, weg van de zware dingen
Wat werkte belemmerend/ Bevorderend in het begrenzen?	De 'vaagheid' van de opdracht, zweverige gehalte. Nutteloosheid. Dat er naar je geluisterd wordt, de aandacht.	

Bijeenkomst 7+8 / Thema: 'Toekomstperspectief' / Werkvorm: deur maken van divers materiaal en een cadeau voor jezelf (ontwerp)

Observatievragen:	Vanuit gesprekken voor en na de cursus	Vanuit het groepsgesprek na de gehele cursus
OPDRACHT: Waardering	Moeilijk, altijd even in het begin. Moeite om een idee te hebben. Wat je achter je wil laten is niet zoveel. Meer bezig met wat ik daarna wil. Je wil niet teveel spitten. Moeilijk, niet zo rooskleurige toekomst	Goed, interessant. Leuk. Te weinig tijd.
Duidelijkheid	Eén deelnemer wist niet wat de bedoeling was, de andere vroegen elkaar nog wat en toen was het duidelijk	Duidelijk, eenvoudig te begrijpen
Uitvoerbaarheid/haalbaarheid	3 deelnemers voerde de opdracht goed uit	Zeer uitvoerbaar, alleen te weinig tijd. Beetje veel in de tijd die ervoor is. Goed om mee te werken, iedereen kan het leren.
SFEER: Groep		Sfeer was goed. Samenwerking was goed. Goed cement. Respect voor elkaar.
bijeenkomst		Gezellig, ook door de aanwezigheid van muziek
DOEL OPDRACHT Komen de deelnemers in contact met elkaar?	in contact in gesprek over ditjes en datjes	je leert elkaar kennen. Weg van het verdriet. Bezig zijn en contacten leggen. We gaan het missen.
Komen de deelnemers in contact met zichzelf/ kunnen de deelnemers de problemen even loslaten en zich richten op het beeldend werken?		Door de vragen moest je over jezelf nadenken. Best moeilijk want je bent niet zo met jezelf bezig. Je staat er niet voor open. Door de opdrachten wordt je erop gedrukt en moet je over jezelf nadenken. Tijdelijk ga ik van mijn problemen weg, weg van de zware dingen
Wat werkte belemmerend/ Bevorderend in het toekomstperspectief plaatsen	De situaties waarin de deelnemers zich bevinden zijn te zwaar om het hebben over een toekomstperspectief. Het gevoel dat een 'gelukkige' toekomst onhaalbaar is. Onvoorwaardelijke liefde Contact met elkaar, de deelnemers in gelijke situaties. 'Voor veel mensen bestaat de toekomst niet'.	

Bijeenkomst 9 / Thema: 'Toekomstperspectief en balans' / Werkvorm: cadeauontwerp uitwerken in sepia

observatievragen	Vanuit gesprekken voor en na de cursus	Vanuit het groepsgesprek na de gehele cursus
OPDRACHT: Waardering	Altijd even een 'opmaatje' naar wel aan de slag gaan, dan lukt het uiteindelijk wel. Lastig om over de anderen wat te bedenken. De ander vond het voor zichzelf moeilijker om iets te bedenken	Goed, interessant. Leuk. Te weinig tijd.
Duidelijkheid	De opdracht werd goed uitgedacht	Duidelijk, eenvoudig te begrijpen
Uitvoerbaarheid/haalbaarheid	De sepia's waren moeilijk bewerkbaar, braken en het smelten ging niet	Zeer uitvoerbaar, alleen te weinig tijd. Beetje veel in de tijd die ervoor is. Goed om mee te werken, iedereen kan het leren.
SFEER: Groep		Sfeer was goed. Samenwerking was goed. Goed cement. Respect voor elkaar.
bijeenkomst		Gezellig, ook door de aanwezigheid van muziek
DOEL OPDRACHT Komen de deelnemers in contact met elkaar?	Cadeautje voor een jarige, iemand heeft de haren geknipt. Verhalen over een avondje uit. Men is van elkaar op de hoogte: 'ze is losser geworden'	je leert elkaar kennen. Weg van het verdriet. Bezig zijn en contacten leggen. We gaan het missen.
Komen de deelnemers in contact met zichzelf/ kunnen de deelnemers de problemen even loslaten en zich richten op het beeldend werken?		Door de vragen moest je over jezelf nadenken. Best moeilijk want je bent niet zo met jezelf bezig. Je staat er niet voor open. Door de opdrachten wordt je erop gedrukt en moet je over jezelf nadenken. Tijdelijk ga ik van mijn problemen weg, weg van de zware dingen
Wat werkte belemmerend/ Bevorderend in het plaatsen van de toekomstperspectief en het vinden van balans?	Er werd eigenlijk niet na gesproken. De deelnemers konden hun eigen werkstuk niet maken en daardoor was het effect een beetje weg. Heb ik geprobeerd op te vangen met een boekje cadeau te doen.	

BIJLAGE 2) werkvormen beeldende cursus
Bijeenkomst 1 (samen/groepsgevoel)

Titel	Jezelf voorstellen /zelfportret
Tijdsduur	2 uur
Benodigdheden	Papier, wasco, pastelkrijt, kleurpotloden
Vorbereiding	Alle materialen klaarleggen op tafel, tafels van elkaar afzetten zodat mensen zich kunnen afzonderen
Activiteit	• Introductie: tijdens de introductie wordt uitleg gegeven over de cursus en het doel van de cursus. Aan de deelnemers wordt gevraagd welke ervaring zij hebben op beeldend gebied en wat hun verwachtingen zijn. • Uitleg opdracht: teken jezelf met het idee in je hoofd dat je jezelf voorstelt via deze tekening.
Nabespreking	• Hoe was het om met dit materiaal te werken? • Wat vond je van de opdracht? • Hoe was het om jezelf te tekenen, was het gemakkelijk/moeilijk? • Wat vind je van de tekening?
Doel en aandachtspunten	Doelen: • Ervaren in het hier en nu • Kennis maken met beeldende materialen • Kennis met elkaar maken • Bewust worden wat je wilt vertellen over jezelf Bij deze activiteit ligt de nadruk op het laten zien van een stukje van jezelf. Het groepslid maakt zelf de keuze wat hij/zij wil laten zien. Omdat het voor mensen die nog nooit beeldend gewerkt hebben misschien wel moeilijk is om direct een zelfportret te maken, stelt de groepsleider zich als eerste voor als deze merkt dat mensen huiverig zijn.

Bijeenkomst 2 (samen/groepsgevoel)

Titel	Huiswerkopdracht: kwartet maken
Tijdsduur	1,5 - 2 uur
Benodigdheden	Papier (15/15cm) potlood, stift, kleurpotlood
Vorbereiding	Tijdens de eerste bijeenkomst wordt uitleg gegeven wat de bedoeling is van de kaarten. Iedereen heeft 4 kaarten mee gekregen naar huis die in de volgende bijeenkomst gebruikt zullen worden om een kwartet spel mee te spelen. De tafels worden aan elkaar gezet zodat er twee grote tafels ontstaan. Zo kunnen er twee groepen samen het spel spelen.
Activiteit	• Ieder heeft 4 kaarten waarop men iets persoonlijks afbeeld. • In de groep wordt van te voren besloten welke onderwerpen uitgebeeld worden (eigenschappen van jezelf, hobby, beroep, etc). • Elk kaartje wordt voorzien van een naam of een schuilnaam.
Nabespreking	• Hoe was het om een kwartet over jezelf te maken? • Lukte het om de onderwerpen uit te beelden en te kiezen? • Wat vind je van de andere kwartetten?
Doel en aandachtspunten	Doelen : • Ervaren in het hier en nu • Spelende wijs elkaar iets beter leren kennen • Ontspannen sfeer creëren • Bevorderen van een groepsgevoel Om een ontspannende sfeer te creëren is het prettig aan een grote tafel te zitten, of als de groep daarvoor te groot twee tafels neer te zetten. Koffie, thee, lekkere dingen op tafel kunnen goede toevoegingen zijn om een ontspannen sfeer te benadrukken.

Bijeenkomst 3 (samen/groepsgevoel)(optioneel)

Titel	Collage van gevonden voorwerpen
Tijdsduur	2 – 2,5 uur
Benodigdheden	Lijm, papier, schaar, gevonden voorwerpen als: bloemen, blaadjes, afval, etc.
Vorbereiding	Voor iedereen is er een plastic tas, plastic handschoenen en een schaar. Tafels van elkaar afzetten zodat mensen zich kunnen afzonderen.
Activiteit	• Tijdens een wandeling van 30 minuten gaat iedereen op zoek naar materialen die gebruikt kunnen worden in een collage. • Terug in de therapie ruimte neemt iedereen zijn spullen mee naar zijn/haar plek om er daar een collage van te maken (45 minuten werktijd).
Nabespreking	• Hoe vond je de wandeling? • Hoe was het om de spullen te verzamelen? • Wat heb je meegenomen? • Hoe was het om met deze materialen een collage van te maken? • Wat vind je van de andere collages?
Doel en aandachtspunten	Doelen: • Ervaren in het hier en nu • Ontspannende sfeer creëren • Groepsgevoel bevorderen • Samen plezier • Bewustwording van de ander Omdat de wandeling zelf ook een ontspannende bijdrage moet leveren is het van belang dat iedereen goed ter been is, dat de wandeling afstand afgestemd wordt aan de mogelijkheden van de groep en is het van belang dat het goed weer is.

Bijeenkomst 4 (voor jezelf zorgen)

Titel	Vilten
Tijdsduur	2 – 2,5 uur
Benodigheden	Wol om vilt mee te maken, water, voorbeeld, muziek
Vorbereiding	Er staat een muziekje aan en op de tafel liggen voorbeelden die (na)gemaakt kunnen worden. Er staat één grote tafel waar mensen aan kunnen zitten. Er wordt eerst een korte introductie gegeven over vilten. De tafels staan aan elkaar.
Activiteit	De groepsleden pakken de kleuren die zij willen gebruiken en kiezen iets dat ze willen maken van vilt. Gedurende een uur kan men hiermee bezig zijn en er is zonodig hulp. Als er tijd is kan er besloten worden om een samen een schilderij van vilt te maken.
Nabespreking	• Hoe vond je het om te vilten? • Hoe voelde je je tijdens het vilten? • Wat was het effect op je stemming? • Wat vind je van het resultaat? • Wat vind je van de andere resultaten?
Doel en aandachtspunten	Doelen: • Ontspannen bezig zijn, samen zijn zonder dat er iets moet • Hier en nu ervaren • Bewust worden van jezelf Omdat vilten best moeilijk kan zijn is het belangrijk er goed op te letten dat iedereen de introductie goed begrepen heeft en aan het werk kan.

Bijeenkomst 5 (voor jezelf zorgen)

Titel	Fantasie dier van klei
Tijdsduur	2 uur
Benodigdheden	Klei, kleigereedschap, draaischijf, water
Vorbereiding	Alle materialen liggen klaar op tafel.
Activiteit	Men kiest een dier en maakt deze van klei. Uiteindelijk worden de dieren in een cirkel gezet en wordt er gekeken naar wat de 'juiste plek' is.
Nabespreking	• Hoe was het om met klei te werken? • Hoe was het om een dier te kiezen, was dit moeilijk/makkelijk, waarom? • Wat zegt het dier over jezelf? • Hoe was het om een plek te zoeken? • Is de plek goed? • Herkennen anderen dat bij je? • Wat heb je ontdekt over jezelf?
Doel en aandachtspunten	Doelen: • Ervaren in het hier en nu • Bewust wording van zichzelf • Ervaren van het individuele gevoel • Ervaren van verschil met de ander • Ervaren van ondersteuning van de ander • Zorgen voor jezelf • Groepsgevoel bevorderen

Bijeenkomst 6 (grenzen aangeven)

Titel	Eigen vorm
Tijdsduur	2 uur
Benodigdheden	Klei, water, muziek
Vorbereiding	Iedereen zit aan een grote tafel
Activiteit	De activiteit bestaat uit vier fasen; 1)ontspannen en vorm maken 2)cadeautjes ontvangen 3)afpakken 4)zet jezelf in de ruimte 1) In de ontspannenheid zoek je naar je eigen, abstracte, vorm. Als deze af is dan wordt er even kort bij stil gestaan 2) De volgende stap is dat men van zijn eigen vorm een stukje afhaalt wat gegeven wordt aan een groepslid. Bij deze stap wordt ook kort stil gestaan 3) De volgende stap is dat men stukjes klei bij elkaar afpakt. 4) Als laatste stap wordt het uiteindelijke beeld/vorm in een kring op de tafel geplaatst.
Nabespreking	• Hoe was het om met klei te werken? • Hoe was het om een vorm te maken? • Hoe was het om een cadeau te geven/ te ontvangen? • Hoe was het om af te pakken en afgepakt te worden? • Hoe was het om je ruimte te zoeken? • Hoe ervaar je de plek in de cirkel?
Doel en aandachtspunten	Doelen: • Ervaren in het hier en nu • Inzicht te geven in eigen grenzen • Grenzen leren trekken • Exploreren van gedachten en gevoelens

Bijeenkomst 7 (grenzen aangeven)

Titel	Leiding geven
Tijdsduur	2 uur
Benodigdheden	Papier, verf, kwasten, water, krijt, potloden, scharen, tijdschriften, lijm.
Vorbereiding	Verskillende beeldende materialen liggen op een tafel. De tafels staan aan elkaar.
Activiteit	Uitgelegd wordt dat iedereen aan de beurt komt om een opdracht te geven. Ieder groepslid bedenkt een activiteit en heeft gedurende deze activiteit de leiding. Iedere activiteit mag in totaal 10 min.
Nabespreking	• Hoe was het om de leiding te hebben? • Hoe voelde je rol? • Komt deze rol overeen met de rol die je hebt in privé/werk situaties? • Is er iets dat je zou willen veranderen? • Hoe zou je het anders kunnen aanpakken? • Kon je overzien wat er gebeurde? • Wat vond de groep van de leiding? • Wat heb je ontdekt?
Doel en aandachtspunten	Doelen: • Ervaren in het hier en nu Bewust wording van eigen gevoelens rond: • Ruimte innemen • Leiding geven • Jezelf laten horen • Het groepsproces Als er tijdsdruk ontstaat dan kan de activiteit vervolgd worden in de volgende bijeenkomst.

Bijeenkomst 8 (toekomstperspectief)

Titel	Ga waar je wilt deur
Tijdsduur	2 uur
Benodigdheden	Karton, lijm, schaar, verf, plakband, krijt
Vorbereiding	Alle spullen liggen op een tafel. Tafels van elkaar afzetten zodat mensen zich kunnen afzonderen.
Activiteit	Introductie: Er zijn de afgelopen bijeenkomsten al heel wat emoties/gevoelens gepasseerd. Denk na over wat je achter wil laten en wat je mee wil nemen naar de toekomst. Dit kan een eigenschap van zichzelf zijn, een ding, een gevoel, etc. • Van karton maakt men een deur die open en dicht kan. Aan de ene kant maakt men datgene wat men achter wil laten, aan de andere kant komt het geen wat ze mee willen nemen, dit mag abstract of symbolisch worden vormgegeven.
Nabespreking	• Hoe was het om met deze materialen te werken? • Hoe was het om na te denken over wat je wilt achterlaten? • Hoe was het om dit vorm te geven? • Hoe was om na te denken over wat je wil meenemen? • Hoe was het om dit vorm te geven? • Hoe ga je om met voornemens, wensen, dingen die je vervelend vindt? • Hoe vind je het resultaat? • Wat vind je van de andere werkstukken?
Doel en aandachtspunten	• Ervaren in het hier en nu • Er wordt een brug naar de toekomst gemaakt, een aanzet naar afronding • Het bewust worden van eigen gevoelens omtrent de toekomst en omtrent wat je achter wil laten • Een blijvende herinnering creëren wat mogelijk houvast kan zijn voor later Van te voren wordt aangegeven dat er bij het nagesprek even kort stil gestaan wordt bij de werkstukken. Tijdens de nabespreking hoeven de gevoelens niet gedeeld te worden, belangrijkste is dat het ervaren wordt.

Bijeenkomst 9 (toekomstperspectief)

Titel	Cadeautje voor jezelf
Tijdsduur	2 uur
Benodigdheden	Sepia's, blik, hout, bijl, aansteker, tin, scherp voorwerp, papier, potloden, kleine zaagjes; plakband.
Vorbereiding	Het is goed weer en buiten liggen de volgende spullen klaar: blikken, hout, tin, aansteker, bijl. Binnen zijn de tafels uit elkaar gezet en voor iedereen liggen er twee sepia's, een zaagje, een scherp voorwerp en plakband klaar om te gebruiken.
Activiteit	Introductie: Er wordt een korte instructie gegeven in het maken van een tinnen voorwerp. We blikken even terug naar de vorige week; wat wilde je ook alweer meenemen de toekomst in? • Maak hiervan een kleine schets op papier. • Deel een sepia door twee en teken op de ene helft de schets. Neem deze nu ook over op de andere helft. • Maak de helften dicht met plakband en neem de sepia mee naar buiten. • Hak hout en maak het hout aan. • Maak het tin warm in het blik en zet ondertussen de sepia in de grond vast. • Giet de hete tin in het gat van de sepia, wacht tot het afgekoeld is en maak de sepia voorzichtig open.
Nabespreking	• Hoe was het om met sepia te werken? • Hoe was het om de afbeelding te bedenken? • Hoe was het om de tekening erop te maken? • Hoe was de sfeer in de groep? • Wat vond je het leukste om te doen van de gehele activiteit? • Hoe was het om het resultaat te zien? • Welke betekenis heeft het werkstukje voor je? • Kun je het cadeautje aan jezelf geven?
Doel en aandachtspunten	Doelen: • Plezier • Ervaren in het hier en nu • Uitbreiden van een toekomstbeeld • Afscheid nemen van iets wat je achter wilt laten door je te richten op wat wil je meenemen Deze activiteit is erg actief. Niet iedereen zal hieraan mee kunnen doen. Het resultaat kan geweldig zijn, maar ook teleurstellend omdat het moeilijk is om het voorwerp goed uit te snijden uit de sepia. Het is goed om dat van te voren aan te geven.

Bijeenkomst 10 (Balans)

Titel	Kubus
Tijdsduur	2 uur
Benodigdheden	Karton, gekleurd papier, allerlei materialen als; kralen, veertjes, plaatjes. Lijm, scharen, verf, kleuropotloden
Vorbereiding	Materialen liggen op een tafel. De tafels staan verdeeld over de ruimte zodat iedereen een eigen plek kan zoeken.
Activiteit	• Pak de materialen die je nodig denkt te hebben en zoek een plek • Maak een kubus • Ga na welke gevoelens de afgelopen weken voorbij zijn gekomen en probeer deze abstract/symbolisch te verbeelden op de verschillende vlakken van de kubus • Zijn er gevoelens die niet aan de orde zijn gekomen maar die wel op de kubus moeten? Deze geef je ook een plek
Nabespreking	• Hoe vond je het om te doen? • Hoe vond je het om met de materialen te werken? • Hoe was het om de verschillende gevoelens een plek te geven? • Heb je alle gevoelens een plek op de kubus gegeven? • Kun je wat over de kubus vertellen?
Doel en aandachtspunten	Doelen: • Het ervaren in het hier en nu • Terugkijken en ervaren en vormgeven • Het in kaart brengen van alle voorbij gekomen emoties • Het uiten en delen van emoties Niet iedereen zal willen vertellen over welke gevoelens het gaat. De ruimte moet er voor zijn om dat niet te vertellen.

Aan het eind van de laatste bijeenkomst wordt een afspraak gemaakt voor een tentoonstelling ter afsluiting. Met de groepsleden wordt besproken wie zij daarbij willen hebben, of ze alle werken willen laten zien en of ze daarna de werkstukken mee naar huis willen nemen?

Ieder groepslid krijgt een fotoboekje mee naar huis als aandenken. De foto's in het boekje zijn gemaakt tijdens de bijeenkomsten.

De doelen van deze laatste bijeenkomst zijn:

- Plezier
- Samen zijn
- Samen afsluiten
- Jezelf laten zien
- Versterken van het zelfvertrouwen
- Afscheid nemen

**Verder wordt tijdens elke nabespreking/afsluiting ook aandacht besteed aan het samen zijn. Dit kan eventueel met een drankje en lekkernijen.*

MantelzorgZorg

‘MantelzorgZorg’ is een cursus ontwikkeld door twee studenten aan de Hogeschool Utrecht (Dewy Karsten Schüler en Marcella Hilbers), opleiding creatieve therapie.

De cursus is op basis van uitkomsten van een afstudeeronderzoek tot stand gekomen en richt zich specifiek op de mantelzorgers van cliënten met Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH).

Het onderzoek

Iedereen kent het wel; een drukke dag waarin je veel moet doen, gehaast bent en alles tegelijkertijd lijkt te komen. Stelt u zich nu eens voor dat hier ook nog een zorgtaak bij komt voor uw partner, kind of ouder, bij ziekte, een handicap of een niet aangeboren hersenletsel: wassen, aankleden, meehelpen met eten, spreekbuis zijn bij zorginstellingen, regelwerk omdat die ene aanpassing in huis nog steeds niet is gedaan. Allemaal extra (regel)werk dat deze al overvolle dag nog voller maakt of misschien wel onmogelijk doet lijken.

Dit is voor duizenden mensen de dagelijkse praktijk. Mensen die de zorg dragen voor hun naasten; uit liefde, omdat niemand het anders doet of omdat het gewoon niet anders kan.

Hoelang gaat dit goed? Hoe houden deze mensen het vol?

Het onderzoek ‘MantelzorgZorg’ richt zich op deze vragen. De onderzoeksrapportage neemt u mee naar de vraag welke elementen overbelastend en welke steunend zijn voor mantelzorgers van iemand met NAH, om vervolgens te onderzoeken welke bijdrage Creatieve therapie (muziektherapie en beeldende therapie) zou kunnen leveren in de zorg en ondersteuning voor deze speciale doelgroep.

Hiervoor is vooronderzoek verricht door middel van literatuurstudie, gesprekken met professionals, werkervaring met cliënten met NAH, maar zijn ook de mantelzorgers zelf aan het woord gekomen tijdens interviews. En het zijn met name deze persoonlijke verhalen die de basis vormen van het onderzoek.

Een eerste conclusie van het onderzoek luidt dat creatieve therapie een bijdrage kan leveren in de zorg voor de mantelzorger, een bijdrage met als doel om 'eigen kracht en zingeving' te bevorderen. Tevens blijkt uit het onderzoek dat mantelzorgers zichzelf (gewild of ongewild) op de zijlijn plaatsen, waardoor alle zorg richting de naaste kan gaan en de mantelzorger zichzelf neigt te vergeten. Om die reden is gekozen voor een laagdrempelige cursus waarin de mantelzorger zich ongedwongen kan richten op de eigen beleving.



De cursus

Het onderzoek geeft een beeld van de elementen waaruit overbelasting en ondersteuning van de mantelzorger van mensen met NAH kunnen bestaan. Dit beeld, deze inzichten, zijn omgezet in een creatief therapeutisch cursus - aanbod voor deze doelgroep.

De eerste fase van de cursus is bedoeld om de mantelzorger weer in contact te laten komen met zichzelf, met de eigen beleving, wensen en verlangens. In deze fase komen de mantelzorgers (6 tot 8 mensen) 12 keer bij elkaar. Gedurende deze bijeenkomsten komen de volgende thema's aan de orde: groepsgevoel, voor jezelf zorgen, grenzen aangeven, toekomst perspectief en balans vinden.

De tweede fase van 'MantelzorgZorg' is een therapeutisch aanbod dat zich afstemt op de hulpvraag van de mantelzorger.

De cursus 'MantelzorgZorg' heeft de 'CT-Stimuleringsprijs 2009' mogen ontvangen en toont hiermee aan enthousiast ontvangen te zijn als idee. In het studiejaar 2009/2010 zal de cursus 'MantelzorgZorg' zelf getoetst worden op effectiviteit, waarvoor nog enkele mantelzorgers worden gezocht.

Bent u geïnteresseerd om mee te werken aan het onderzoek, of wilt u meer informatie, dan kunt u contact opnemen met Marcella Hilbers via e-mail adres:
of telefoonnummer

BIJLAGE 4) Uitnodigingsbrief mantelzorgers



Afzender: Marcella Hilbers

Adres:

Plaats: 2009

Betreft: Onderzoek mantelzorg, deelname cursus

Geachte mevrouw, meneer.....

In de periode februari-maart van dit jaar heeft u meegewerkt aan een onderzoek welke gedaan werd vanuit de opleiding 'Creatieve Therapie' aan de Hogeschool Utrecht.

Voor dit onderzoek bent u, naast 9 andere mantelzorgers, geïnterviewd. De informatie uit deze interviews hebben wij (Dewy Karsten-schüler en Marcella Hilbers) als basis gebruikt bij het ontwikkelen van een cursus welke wij 'MantelzorgZorg, vind je eigen kracht' hebben genoemd.

Deze cursus is opgebouwd aan de hand van 5 verschillende thema's en bestaat in totaal uit 10 bijeenkomsten van (maximaal) 2 uur.

Het doel van de cursus is het bevorderen van de eigen kracht en zingeving.

Om de cursus zo optimaal mogelijk te kunnen aanbieden zal de cursus dit jaar eenmalig aangeboden worden om vervolgens aangepast te worden, daar waar dat nodig blijkt.

Voor het aanbieden van deze cursus ben ik (Marcella Hilbers) op zoek naar mantelzorgers die de cursus willen volgen en mijn vraag aan u is of u hieraan zou willen meewerken?

De cursusdagen zullen hoogstwaarschijnlijk vallen in de laatste twee weken van december en de eerste 8 weken van het nieuwe jaar.

Ik stel u deze vraag per brief zodat u er rustig over na kunt denken.

Vervolgens zal ik hierover volgende week (12 – 13 november) telefonisch contact met u opnemen.

Mocht u mij willen bellen dan kan dat natuurlijk ook.

Ik ben op maandag, woensdagochtend, donderdag en vrijdag te bereiken op nummer:

Met vriendelijke groet,

Marcella Hilbers

BIJLAGE 6) Observatievragen

De observatievragen zijn opgesteld aan de hand van de volgende criteria:

- De observaties moeten inzicht geven of de doel van de bijeenkomsten afzonderlijk behaald zijn
- De observaties moeten inzicht geven waar de doelen van de afzonderlijke bijeenkomsten niet behaald zijn en waar deze aangepast dienen te worden
- De observaties moeten inzicht geven in de ervaringen van de cursisten zelf, tijdens de bijeenkomsten, zodat de werkvormen hierop aangepast kunnen worden
- Binnen de observatie moet andere, cursusrelevante, informatie meegenomen worden

Cursusdag 1 en 2 : 'Samen en groepsgevoel' ervaren

In de cursus wordt dit doel onderbouwd door informatie verkregen uit de interviews:

'het gevoel er niet alleen voor hoeven te staan, lotgenoten contact bevorderen, plezier met elkaar beleven. In het onderzoek is het onderwerp 'eenzaamheid' vaak naar voren gekomen als iets wat mantelzorgers ervaren'.

Het doel van de eerste twee bijeenkomsten is dat er, d.m.v. het uitvoeren van de beeldende opdracht, een gevoel van veiligheid ontstaat binnen de groep; door de opdracht uit te voeren komt men in contact met zichzelf en door het resultaat aan de groep te presenteren leren de cursisten elkaar beter kennen. Hierdoor kan er een samenhang en een groepsgevoel ontstaan.

Observatievragen :

Opdracht:

- Hoe vond men de opdracht? Waar blijkt dat uit?
- Begrijpen de deelnemers de opdracht en kunnen zij deze uitvoeren? Waar blijkt dat uit?
- Komen de deelnemers in contact met zichzelf? Hoe doen zij dit en waar blijkt dat uit? (praten, gedachten uitwisselen, etc.)
- Komen de deelnemers in contact met elkaar? Hoe doen zij dit en waar blijkt dat uit? (praten, gedachten uitwisselen, etc.)
- Leren de deelnemers elkaar beter kennen? Waar blijkt dat uit?
- Hoe voelde men zichzelf binnen de opdracht en binnen de groep? Waar blijkt dat uit?

Sfeer:

- Hoe is de sfeer in de groep? Waar blijkt dat uit?
- Hoe is de sfeer tijdens de start, het beeldend werken zelf en tijdens de afronding van de bijeenkomst? Waar blijkt dat uit?

Overige:

- Welke verwachtingen hebben de cursisten van de cursus? Waar blijkt dat uit?
- Welke andere dingen vielen op?

Cursusdag 3 en 4: 'Voor jezelf zorgen'

In de cursus wordt dit doel onderbouwd door informatie verkregen uit de interviews:

'een aantal mantelzorgers geeft aan overspannen te zijn geweest of oververmoeid. Vaak realiseerden zij zich toen pas dat ze ook tijd voor zichzelf moesten nemen'.

Het doel van bijeenkomsten 3 en 4 is ontspanning en contact met jezelf:

door middel van het aanbieden van haast meditatieve beeldende opdracht in week 3, kan de cursist tot ontspanning komen. In week 5 wordt er een stap gemaakt naar welke plek de

cursist in wil nemen door gebruik te maken van een fantasiedier van klei welke symbool staat voor de persoon zelf.

Observatievragen:

Opdracht:

- Hoe vond men de opdracht? Waar blijkt dat uit?
- Hebben de deelnemers de opdracht begrepen en kunnen uitvoeren? Waar blijkt dat uit?
- Hoe voelde men zichzelf binnen de opdracht en binnen de groep? Waar blijkt dat uit?
- Werken de deelnemers ontspannen aan hun werkstukken? Waar blijkt dat uit?
- Hoe verloopt de samenwerking? Waar blijkt dat uit?
- Worden de deelnemers zich bewuster van zichzelf, hun eigen gevoel tegenover die van de ander? Waar blijkt dat uit?
- Ervaren de deelnemers steun van elkaar? Waar blijkt dat uit?

Sfeer bijeenkomst:

- Hoe is de sfeer in de groep? Waar blijkt dat uit?
- Hoe is de sfeer tijdens de start, het beeldend werken zelf en tijdens de afronding van de bijeenkomst? Waar blijkt dat uit?

Overige:

- Welke andere dingen vielen op?

Cursusdag 5 en 6: 'Grenzen leren aangeven'

In de cursus wordt dit doel onderbouwd door informatie verkregen uit de interviews:

'Het merendeel van de mantelzorgers geeft aan het regelwerk als zeer belastend te ervaren naast de zorgtaken'.

Tijdens de cursus wordt stilgestaan bij de eigen grenzen, fysiek, dan wel mentaal.

Het doel van de cursus is de deelnemers zich bewust te laten worden van de eigen grenzen doordat men deze (summier) probeert aan te geven binnen een beeldende activiteit.

Observatievragen:

Opdracht:

- Hoe vond men de opdracht? Waar blijkt dat uit?
- Hebben de deelnemers de opdracht begrepen en kunnen uitvoeren? Waar blijkt dat uit?
- Hoe voelde men zichzelf binnen de opdracht en binnen de groep? Waar blijkt dat uit?
- Hoe was het voor de deelnemers om de ruimte te zoeken en in te nemen? Waar blijkt dat uit?
- Hoe was het voor de deelnemers om de leiding in de cursus te hebben? Waar blijkt dat uit?
- Werden de deelnemers zich meer bewust van hun grenzen? Waar blijkt dat uit?
- Hebben de deelnemers andere gedachten en gevoelens gekregen omtrent het 'grenzen aangeven'? Waar blijkt dat uit?

Sfeer:

- Hoe was de sfeer in de groep? Waar blijkt dat uit?

- Hoe is de sfeer tijdens de start, het beeldend werken zelf en tijdens de afronding van de bijeenkomst? Waar blijkt dat uit?

Overige:

- Welke andere dingen vielen op?

Cursusdag 8 en 9: 'Toekomstperspectief'

In de cursus wordt dit doel onderbouwd door informatie verkregen uit de interviews: 'wanneer het leven op zijn kop staat door NAH, wordt niet alleen het toekomstperspectief van de cliënt aangetast, maar ook die van de mantelzorgers'.

Het doel van de cursus is bewustwording van eigen wensen en verlangens omtrent het toekomstperspectief: d.m.v. een beeldende werkvorm wordt de cursist laagdrempelig in contact gebracht met de eigen gevoelens omtrent wensen en verlangens.

Observatievragen:

Opdracht:

- Hoe vond men de opdracht? Waar blijkt dat uit?
- Heeft men de opdracht begrepen en kunnen uitvoeren? Waar blijkt dat uit?
- Hoe voelde men zichzelf binnen de cursusopdracht en de groep? Waar blijkt dat uit?
- Hoe vonden de deelnemers het om na te denken over het verleden en de toekomst? Waar blijkt dat uit?
- Konden de deelnemers een werkstuk als cadeau voor zichzelf maken? Waar blijkt dat uit?
- Konden de deelnemers hun ervaringen delen met de andere deelnemers? Waar blijkt dat uit?
- Konden de deelnemers hun gevoelens omtrent hun verleden en heden een plek geven in het beeldend werk? Waar blijkt dat uit?

Sfeer:

- Hoe was de sfeer in de groep? Waar blijkt dat uit?
- Hoe is de sfeer tijdens de start, het beeldend werken zelf en tijdens de afronding van de bijeenkomst? Waar blijkt dat uit?

Overige:

- Welke andere dingen vielen op?

Cursusdag 10: 'Balans'

In de cursus wordt dit doel onderbouwd door informatie verkregen uit de interviews: 'Hoe houd en vind je balans in datgene wat je moet, kunt en waar je plezier aan beleeft'.

Het doel van de cursus is dat de deelnemer terug kan kijken naar de ervaringen die binnen de cursus opgedaan zijn. In de laatste bijeenkomst zal men verbeelden hoe deze ervaringen zich tot elkaar verhouden en hoe deze meegenomen kunnen worden naar het dagelijks leven.

Observatievragen:

Opdracht:

- Hoe vond men de opdracht? Waar blijkt dat uit?
- Hebben de deelnemers de opdracht begrepen en kunnen uitvoeren? Waar blijkt dat uit?

- Hoe voelde men zichzelf binnen de cursusopdracht en de groep? Waar blijkt dat uit?
- Hebben de deelnemers hun gevoelens omtrent alle voorbij gekomen thema's kunnen verbeelden in het werkstuk? Waar blijkt dat uit?
- Hebben de deelnemers hun gevoelens kunnen delen met de andere deelnemers? Waar blijkt dat uit?
- Hebben de deelnemers plezier kunnen ervaren? Waar blijkt dat uit?
- Hebben de deelnemers iets van zichzelf kunnen laten zien? Waar blijkt dat uit?
- Hebben de deelnemers een stukje afscheid kunnen nemen van bepaalde gevoelens? Waar blijkt dat uit?

Sfeer:

- Hoe is de sfeer in de groep? Waar blijkt dat uit?
- Hoe is de sfeer tijdens de start, het beeldend werken zelf en tijdens de afronding van de bijeenkomst? Waar blijkt dat uit?

Overige:

- Welke andere dingen vielen op?

BIJLAGE 6) Richtlijn voor de halfgestructureerde interviews

Hoofdonderwerpen:

- 1) Opdrachten
- 2) De sfeer
- 3) De eigen verwachtingen, mogelijk behaalde doelen en toekomst

De opdrachten:

- Concrete ervaring: duidelijkheid, uitvoerbaar, haalbaar, gebruikte materialen
- Gevoelsmatige ervaring: beleefde ervaringen, meerwaarde i.v.m. eigen doel
- Verschillende belevenissen tijdens de verschillende bijeenkomsten
- Contact
- Eigen openheid
- Ontspanning

De sfeer:

- Eigen ervaring, waardoor was dat zo?
- Contact met de ander
- Contact met zichzelf
- De ruimte waarin we zaten

Eigen verwachtingen

- Mogelijk verder uitwerken van bepaalde thema's
- Vooroordelen
- Verassingen
- Voor andere mantelzorgers geschikt?

Overige zaken

- Lengte cursus
- Hoe was het geweest als de cursus eerder gegeven was?
- Drempels?
- Voorkennis/materiaalkennis

BIJLAGE 7) Presentatie MantelzorgZorg

Dia 1



Dia 2



Dia 3



Dia 4

Eerste onderzoek (2009)

- Hoofdvraag
- Kwalitatief onderzoek
- Literatuuronderzoek
- Interviews
- uitkomsten

**MantelzorgZorg**
Onze zorg gaat verder.
maandag 10 mei 2010 presentatie mantelzorgZorg, Marcella Hilbers

Dia 5

Tweede onderzoek (2010)

- Hoofdvraag
- Literatuuronderzoek
- Pilotonderzoek
- Uitkomsten

**MantelzorgZorg**
Onze zorg gaat verder.
maandag 10 mei 2010 presentatie mantelzorgZorg, Marcella Hilbers

Dia 6

Filmpje pilotcursus

**MantelzorgZorg**
Onze zorg gaat verder.
Cursus: Vind je eigen kracht!
(door middel van het werken met beeldende materialen)
Beeldencursus ontwikkeld door
Marcella Hilbers

**MantelzorgZorg**
Onze zorg gaat verder.
maandag 10 mei 2010 Presentatie mantelzorgZorg, Marcella Hilbers

Dia 7

Vragen?



maandag 10 mei 2010

presentatie mantelzorgzorg
Hilbers Marcella

Dia 8

Bedankt voor de
aandacht!



maandag 10 mei 2010

presentatie mantelzorgzorg
Hilbers Marcella
