

Wat is Woonstart?

Woonstart is het nieuwe gedachtegoed van Cosis voor ggz cliënten. Vanuit de Woonstart visie kijken we naar alles wat op het vlak van begeleiding en training wordt gedaan om cliënten te ondersteunen bij hun herstel. In de ene situatie betekent dit zelfstandig wonen, in de andere situatie kan iemand die beschermd woont lid worden van een club of zijn eigen was leren doen. Dit zijn enkele voorbeelden van resultaten die door Woonstart interventies bereikt kunnen worden.

We willen een cultuur realiseren waarbinnen sleutelbegrippen als 'hoop bieden', 'ontwikkelen & leren' en 'bondgenootschap' geen loze kreten zijn, maar de attitude van onze medewerkers typeren. Daarnaast kijken we ook naar de competenties van medewerkers, naar de inzet van financiën en naar de geschiktheid van ons vastgoed.

Wat is Herstel?

Cosis werkt in de Woonstart visie met de uitgangspunten van Herstel Ondersteunende Zorg (HOZ). Herstel betekent: "Het opnieuw kunnen leiden van een betekenisvol leven." Herstel gaat dus niet over 'beter worden' in de zin van genezen. De intentie is dus om, ondanks de problemen die soms niet overgaan, toch te werken aan zingeving in de vorm van een gewoon leven, met alles er op en eraan.

HOZ richt zich op 4 dimensies: (1) Herstel van persoonlijke identiteit (2) Herstel van gezondheid (3) Herstel van dagelijks leven (4) Herstel van maatschappelijke rollen.

Waarom kiest Cosis voor Woonstart?

De tijden veranderen. Waar het vroeger vanzelfsprekend was dat mensen zo lang als ze wensten beschermd konden wonen, is dit nu niet meer het geval. De gemeentes zijn verantwoordelijk voor de WMO indicaties die het BW verblijf betalen. Deze indicaties worden wel of niet afgegeven na het voeren van een zogenaamd 'keukentafelgesprek'. In dit gesprek wordt er samen met de cliënt besproken waar iemand begeleiding bij nodig heeft en aan welke doelen er gewerkt gaat worden in de periode van de indicatie.

Cosis kiest niet alleen voor Woonstart vanwege de nieuwe gemeentelijke verantwoordelijkheid. We denken namelijk dat we meer kunnen doen aan het versterken van eigen regie en het vergroten van zelfredzaamheid van cliënten dan we nu doen. Teveel mensen wonen al lange tijd beschermd, terwijl ze wellicht met minder hulp net zo goed of beter af zouden zijn.

De Woonstart visie helpt ons om op alle terreinen de benodigde verandering door te voeren, zowel in de begeleiding en ondersteuning van cliënten, in het (verder)ontwikkelen van ggz medewerkers, in het efficiënt en doelgericht inzetten van de financiële middelen als in het maken van een toekomstgericht vastgoedplan.

Ggz cliënten van Cosis hebben, naast hun psychische klachten, vooral last van de gevolgen van hun aan-
doening. Hiermee bedoelen we: problemen met het halen van een regulier diploma, het moeilijk vinden en
behouden van betaald werk, het opbouwen en onderhouden van een sociaal netwerk, moeten leven met
een kleine beurs zonder uitzicht op verbetering, het niet hebben van een intieme relatie, of het hebben van
lichamelijke klachten, veroorzaakt door onder andere psychofarmaca en roken.

Woonstart bevat alle instrumenten en activiteiten die Cosis inzet bij individuele hersteltrajecten van ggz cliënten. Alle interventies die voor Woonstart inzetbaar zijn, zijn verwerkt in de gereedschapskoffer. De koffer bevat alle aspecten van de Herstel Ondersteunende Zorg.



Wat zijn de onderdelen van de Woonstart koffer?

De Woonstart gereedschapskoffer bevat alle aspecten van de Herstel Ondersteunende Zorg (HOZ) en is opgebouwd aan de hand van de vier herstel-aspecten. Deze herstelaspecten worden hier los van elkaar gepresenteerd. In werkelijkheid zijn ze onderling sterk verbonden.

Persoonlijke identiteit

Hoe bouw je aan zelfvertrouwen? Hoe geef je betekenis aan wat je overkomt in je leven? Mensen zijn meer dan hun psychische klachten. Bij persoonlijk herstel gaat het om de zoektocht naar het (opnieuw) vinden van zingeving en betekenis. Om het herstel van persoonlijke identiteit te ondersteunen zetten met name ervaringsdeskundigen instrumenten in, zoals photovoice, de WRAP (Wellness Recovery Action Plan) en het schrijven van een herstelverhaal.

Gezondheid

Ben ik tevreden over mijn psychische en lichamelijke gezondheid? Waar wil ik graag wat aan doen? Naast de afspraken die iedereen kan maken in het ondersteuningsplan biedt Woonstart ook cursussen aan op het gebied van leefstijl. Een voorbeeld is 'Move Well, Feel Better'. Een cursus over het belang van bewegen en ontspannen. Een ander instrument is de Leefstijlkalender. Een woonlocatie bepaalt in nauwe samenwerking met de bewoners voor een heel jaar welk thema maandelijks in de spotlights staat.

Dagelijks leven

Ben ik in staat om mijn eigen huishouden te runnen? Mijn eigen administratie op orde te houden? Bij herstel van dagelijks leven komen aspecten aan bod als: huishoudelijke klussen, gebruik van openbaar vervoer, financiën en administratie, zorg voor huisdieren, contact met huisgenoten en burens etc.

Een cursus die hierbij ingezet kan worden is 'Meer grip op je geld' om mensen te helpen meer inzicht te krijgen in hun financiële administratie. Ook de inzet van vaardigheidslessen waarbij mensen op een gestructureerde wijze (nieuwe) vaardigheden aanleren, zoals schoonmaken, koken of een praatje maken met de buurman, dragen bij aan het proces van herstel van dagelijks leven. Tenslotte is het bestaan van 'Buurtcirkels' voor mensen die zelfstandig (willen gaan) wonen een hulpmiddel om gegarandeerd te zijn van contacten in een nieuwe omgeving.

Maatschappelijke rollen

Bij herstel van maatschappelijke rollen gaat het om het bewustzijn dat je kwaliteit van leven toeneemt als je meerdere rollen hebt in je leven. Dat je naast de rol van cliënt/bewoner, ook familielid, ouder, lid van een vereniging en/of werknemer bent. Het succesvol en naar tevredenheid vervullen van maatschappelijke rollen heeft ook positieve effecten op de andere aspecten van herstel.

Ten behoeve van het herstel van dagelijks leven en maatschappelijke rollen gebruiken begeleiders de Individuele Rehabilitatie Benadering (IRB). Deze methode richt zich op het verkennen, kiezen, verkrijgen en behouden van eigen gekozen maatschappelijke rollen en is evidence based.

Woonstart biedt in het kader van maatschappelijke rollen, ondersteuning en cursussen op verschillende terreinen. Voorbeelden zijn: Begeleid Leren; individuele hulp bij het succesvol afronden van een reguliere schoolopleiding. Voor mensen die graag een gestructureerde activiteit willen kiezen, is de training Scharnier ontwikkeld.