

7 Openheid geven

Opdracht 1 Herkennen van stigmatisering in de dagelijkse praktijk

Stereotiepe beelden over mensen met psychische aandoeningen worden telkens opnieuw overgebracht en bevestigd; niet alleen in de media, maar ook in het dagelijkse sociale verkeer (met vrienden, in de familie, op straat, enzovoort). Het is belangrijk om je daarvan bewust te worden en te bedenken hoe je daar zelf het beste op kunt reageren.

- 1 Spreek met een groepje medestudenten of collega's (vier à vijf mensen) af dat ieder van jullie een week lang alle stereotiepe uitingen (uitspraken, beelden, gedragingen, enzovoort) over en jegens mensen met psychische aandoeningen die je tegenkomt noteert, zowel in de media (tv, radio, krant, enzovoort) als in het dagelijkse sociale verkeer (met vrienden, in de winkel, op straat, in het uitgaansleven, op het werk, enzovoort). Schrijf je bevindingen op in het kader hierna.

- 2 Probeer je voor te stellen hoe het voelt als je zelf tot het onderwerp van deze stereotiepe uitingen zou behoren. Schrijf dit hierna op.

Opdracht 2 Vertel je het?

- a Schrijf voor jezelf minimaal drie voordelen op van het geven van openheid op school (kolom A)
- b Schrijf ook minimaal drie nadelen op van het geven van openheid op school (kolom B)
- c Bepaal op basis van de voor- en nadelen of je over je psychische problemen zou vertellen (Kolom C)

Werkblad: Vertel je het?

Instructies: Bepaal of je over je psychische problemen wilt vertellen.

Vertel je het?	
A Wat zijn de voordelen van het geven van openheid?	B Wat zijn de nadelen van het geven van openheid?
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
6	6
7	7
C Vergelijk de voordelen en de nadelen. Welke zijn het belangrijkste voor jou? Rangschik de voordelen en nadelen van het geven van openheid in volgorde van meest belangrijk tot minst belangrijk.	
1	
2	
3	
4	
5	
6	
D Heb je een (voorlopige) keuze kunnen maken? Vertel je het of vertel je het niet? (Geef ook aan waarom je tot deze keuze bent gekomen)	

Opdracht 3 Rollenspel

Instructie professional

Je werkt als professionals in een zorginstelling. In een eerder gesprek met een jongere heeft deze aangegeven dat hij twijfelt of hij wel of niet open moet zijn over zijn psychische proble-

men als hij straks weer naar school gaat. Je wilt met deze jongere de 'Vertel ik het wel of vertel ik het niet'-interventie doornemen. In totaal zullen jullie drie gesprekken voeren waarin de verschillende aspecten van de vaardigheid 'Openheid geven' aan bod komen. Vandaag ga je het aspect 'Wel of niet vertellen?' bespreken.

- Speel jezelf.
- Probeer een goede sfeer te creëren; sluit aan bij de jongere.
- Gebruik het werkblad 'Wel of niet vertellen?'
- Bespreek na hoe je het gesprek hebben ervaren.

Instructie jongere

Je hebt als 17-jarige de diagnoses ADHD en autismespectrumstoornis gekregen. Je twijfelt enorm of je hier wel openheid over wilt geven als je weer naar school gaat. Aan de ene kant ben je bang dat als je openheid geeft buitengesloten wordt of niet meer serieus wordt genomen, maar aan de andere kant heb je straks waarschijnlijk wel wat aanpassingen nodig, zoals extra toetstijd, die je alleen kunt krijgen als je open bent over de reden voor deze aanpassingen. Ook heb je straks onder schooltijd op dinsdagmiddag nog therapie. Dit is niet anders te regelen. Hoe leg je dit uit aan medestudenten?

Je vindt het erg moeilijk om hier een goede beslissing in te nemen en je wilt dit graag bespreken met je begeleider.

- Leef je goed in.
- Geef gewoon antwoord op de vragen van de professional.
- Kom uiteindelijk tot de conclusie of je wel of niet openheid wilt geven en waarom.

Instructie observator

Vul het evaluatieformulier (zie het werkblad hierna) in en geef een toelichting bij je bevindingen. Noteer ook andere opvallende zaken. Gebruik de feedbackregels:

- Begin met wat er goed ging.
- Benoem dan de aandachts-/verbeterpunten.
- Vraag of de anderen erop willen reageren.

Evaluatieformulier openheidsgesprek

Aan de hand van een drietal criteria vragen we je het gesprek te evalueren: Was het een prettig gesprek? Is de inhoud goed aan bod gekomen? En was het begrijpelijk en logisch opgebouwd voor beide partijen? Vul de onderstaande vragen hiertoe in:

- 1 Hoe verliep de communicatie met de student (denk bijvoorbeeld aan contactstijl, begrip tonen, enzovoort)? Geef een concrete toelichting: wat ging goed en wat kon beter?

- 2 Hoe is de bespreking van de betreffende stap (of, wie, wat, wanneer, hoe) gegaan? Zijn alle substappen (op het werkblad) uitgevoerd? Geef een concrete toelichting: wat ging goed en wat kon beter?

- 3 Hoe verliep het gesprek qua structuur/opbouw? Geef een concrete toelichting: wat ging goed en wat kon beter?

- 4 Eventuele aanvullende opmerkingen.

Achtergrondinformatie

Filmpje RTL4 Mij een Zorg: <https://www.youtube.com/watch?v=AsS2TxwfytQ>