

Herstel dichtbij de huisarts – hoe ervaringsdeskundigheid en eerstelijnszorg elkaar versterken



Ondersteuningsteam
Laagdrempelige Steunpunten

“Het begint niet met beleid of visie, maar met nieuwsgierigheid, vertrouwen en gewoon beginnen.” – Klazine, Hersteltalent

In Zeeland groeit de samenwerking tussen HerstelTalent en De Huisartsenconnectie uit tot een inspirerend voorbeeld van hoe herstelgericht werken een plek krijgt in de eerstelijnszorg. Wat begint met nieuwsgierigheid en een paar gesprekken tussen Klazine en de voorganger van Lobke, ontwikkelt zich tot een duurzame samenwerking waarin POH's-GGZ, huisartsen en ervaringsdeskundigen elkaar weten te vinden.

De kern? Geen dikke beleidsplannen, maar samen iets willen aanpakken. Vertrouwen, aandacht en de moed om klein te beginnen.

Aanleiding

De samenwerking tussen HerstelTalent en De Huisartsenconnectie start in 2017, bij het project Crisiskaart. Dat contact blijft klein en tijdelijk, maar het maakt nieuwsgierig.

Klazine: “We werkten in 2017 samen via de Crisiskaart. Klein, tijdelijk, maar het maakte nieuwsgierig: wat gebeurt er als we ervaringsdeskundigheid dichterbij de huisarts brengen?”

Die nieuwsgierigheid blijft. Jaren later zoeken zowel de huisartsenzorg als HerstelTalent naar manieren om ervaringsdeskundigen een plek te geven in de eerste lijn. Met steun van het programma Herstel Dichtbij ontstaat tijd, ruimte en budget om dit echt te verkennen.

Lobke: “We zien mensen die steeds terugkomen in de spreekkamer. We weten: ze hebben iets anders nodig. Maar wat precies? Dan komen jullie in beeld.”

De setting

Betrokken partijen:

- HerstelTalent – een Zeeuws zelfregie- en herstelinitiatief van en voor mensen met psychische en maatschappelijke kwetsbaarheid.
- De Huisartsenconnectie – een regionale huisartsenorganisatie dat zich inzet voor toegankelijke en integrale eerstelijnszorg.

Een interview met Klazine Tuinier (HerstelTalent) en Lobke Bron (De Huisartsenconnectie)

WRAP als ingang

HerstelTalent besluit de WRAP-trainingen naar de huisartspraktijken te brengen. Dat voelt logisch: mensen die vastlopen komen vaak het eerst bij de huisarts.

Klazine: “De huisartsen reageren geïnteresseerd, maar voorzichtig. ‘Wat doen ervaringsdeskundigen precies?’, ‘Is het veilig?’ Die vragen komen elke keer. Daarom betrekken we Phrenos: zij onderbouwen onafhankelijk wat WRAP doet en waarom het werkt. Dat geeft rust.”

Vanaf dat moment krijgt de samenwerking vorm: klein, praktisch en zonder dikke plannen. Gewoon beginnen, samen leren, zien wat werkt.

Klazine: “We hebben nooit een visie op papier gezet, maar wel een gezamenlijke wil.”



De samenwerking in de praktijk

De samenwerking ontstaat niet vanuit structuur, maar vanuit ontmoeting. HerstelTalent en De Huisartsenconnectie leren elkaar kennen: hoe werken we, wie zijn we, wat drijft ons? Die relatie vormt de motor van alles wat volgt.

HerstelTalent schuift aan bij scholingen over Positieve Gezondheid, waardoor POH's ervaringsdeskundigen meteen leren kennen. Die directe kennismaking verlaagt drempels en vergroot vertrouwen.

In de praktijk ziet dat er zo uit:

- POH's verwijzen steeds vaker mensen door naar herstelgroepen.
- Ervaringsdeskundigen schuiven aan bij teamdagen en bij overleg.
- Bij vragen wordt niet gemaild maar gebeld.
- Soms stapt iemand gewoon even binnen.

Klazine: "We blijven ons verhaal vertellen. Ga langs, fysiek. Drink koffie en stel vragen."

Zo groeit stap voor stap een cultuur van openheid, nieuwsgierigheid en gelijkwaardigheid — zonder beleidsplan.

Lobke: "Je bent continu bezig met terrein winnen. Niet iedereen is meteen aan boord, dus je blijft uitleggen, herhalen en inspireren."

Wat werkte (en wat niet)?

De samenwerking werkt omdat hij klein begint. Geen stappenplan, geen tijdpad — maar steeds de vraag: Wat kunnen we vandaag doen dat verschil maakt voor inwoners?

HerstelTalent blijft uitleggen hoe ervaringsdeskundigen werken: professioneel, goed opgeleid en ingebed in intervisie. Niet idealistisch, maar vakmatig.

Ze sluiten bovendien aan bij casuïstiek die huisartsen herkennen: mensen die rondjes lopen in het systeem, terugkerende klachten hebben of na behandeling houvast zoeken.

Klazine: "Ervaringsdeskundigheid is nog niet vanzelfsprekend in de eerste lijn. Blijven uitleggen is geen herhaling; het is bouwen aan vertrouwen."

Twijfel is geen probleem. Twijfel mag er zijn. Niet mee willen werken ook. Er wordt geen druk gezet.

Klazine: "Als er geen energie zit, stoppen we. Misschien vinden we elkaar later weer. Of niet. Dat voorkomt frustratie."

De samenwerking is nooit 'af'. Hij vraagt voortdurend aandacht én ambassadeurs die het gedachtegoed verder dragen in hun teams en netwerken.

Tips & lessen voor anderen

Deze samenwerking laat zien dat succesvolle verbinding in de eerste lijn niet ontstaat door structuur of beleidsstukken, maar door houding en ontmoeting.

1. **Investeer in de relatie.** Ga langs, drink koffie, stel vragen. Blijf elkaar opzoeken.
2. **Sluit aan bij de praktijk van de huisarts.** Werk met herkenbare voorbeelden en concrete situaties.
3. **Blijf uitleggen, steeds opnieuw.** Ervaringsdeskundigheid is professioneel werk — maar nog niet vanzelfsprekend in de eerste lijn.
4. **Laat ruimte voor twijfel.** Druk werkt averechts; twijfel erkennen werkt verbindend.
5. **Begin klein.** Eén training, één praktijk, één POH. Bouw door op waar energie zit.
6. **Focus op wat stroomt.** Richt je op partners die wél willen. Dat voorkomt frustratie en houdt de samenwerking licht.