

Factsheet Groene re-integratiepraktijken voor mensen met psychische problemen

WAGENINGEN
UNIVERSITY & RESEARCH


BRANDWEER
Husqvarna

Factsheet Groene re-integratiepraktijken voor mensen met psychische problemen

Achtergrond

Gemeenten zijn per 1 januari 2015 verantwoordelijk voor uitvoering van de Jeugdwet, Wmo en de Participatiewet. De invoering van de Participatiewet leidt tot de toestroom van een nieuwe doelgroep waaronder veel mensen met psychische problemen die behoefte hebben aan langdurige ondersteuning.

De decentralisaties vormen een grote uitdaging voor gemeenten. Niet alleen komen er nieuwe taken op gemeenten af, maar er wordt ook flink bezuinigd. Gemeenten moeten dus meer doen met minder geld. Maar er zijn ook kansen. Voor het eerst krijgt één partij, de gemeente, zeggenschap over praktisch het hele sociale domein. De decentralisaties maken dwarsverbanden tussen de Wmo/Awbz, de jeugdzorg en het domein van werk en inkomen mogelijk. Werkplekken waar mensen vanuit de participatiewet, WMO en jeugdzorg terecht kunnen hebben daarom de aandacht van gemeenten.

Deze factsheet gaat over de mogelijkheden die het groen biedt voor re-integratie van mensen met psychische problemen. Interessante voorbeelden van re-integratie initiatieven zijn stadslandbouwbedrijven, landschapsonderhoud, zorgboerderijen, groenonderhoud en groene wijkinitiatieven.
De factsheet is gebaseerd op literatuuronderzoek, interviews en groepsgesprekken met initiatiefnemers, mensen met psychische problemen die werken in het groen (deelnemers) en betrokken beleidsmedewerkers van verschillende groene re-integratie initiatieven. In deze factsheet komen de volgende thema's aan bod:

- Welke vormen van groene re-integratie bestaan er in Nederland?
- Wat is de mogelijke theoretische onderbouwing en wat zijn de werkzame elementen van groene re-integratie?
- Wat zijn de randvoorwaarden van groene re-integratie? En wat is er nodig om deze vorm van re-integratie verder in te bedden en op te schalen?

Vormen van re-integratie in het groen

Er zijn verschillende benaderingen waarbij deelnemers in het groen re-integreren.

We kunnen drie hoofdvormen onderscheiden:

1. **Activering en arbeidsmatige dagbesteding voor gemengde groepen.** Bij dit type initiatieven is werken in het groen een middel om mensen te activeren en te stimuleren. Deelnemers zijn over het algemeen mensen met chronisch psychiatrische problemen of mensen met een andere vorm van arbeidsbeperking. Re-integratie wordt breed ingevuld. Het gaat hierbij vooral om onder de mensen komen, structuur leren aanbrengen in de dag en aanleren van algemene arbeidsvaardigheden. Bij slechts een gering deel van de deelnemers is het perspectief toeleiding naar betaald werk. De financiering vindt plaats vanuit de WMO of participatiewet. Soms krijgt het initiatief financiering omdat het een algemene voorziening is. Voorbeelden zijn de wijktuinen Food for Good in Utrecht en Kweekland in Arnhem. Op sommige locaties wordt dagbesteding aangevuld met opleiding op gebied van groen zoals een MBO opleiding bij Kwekerij Osdorp in Amsterdam en een branche erkend leerwerktraject bij Hoeve Klein Mariendaal in Arnhem.
2. **Re-integratie naar een betaalde baan.** Natuurlijke Zaken van Landschap Noord-Holland is een voorbeeld van re-integratie naar een betaalde baan. Natuurlijke Zaken plaatst vacatures bij het UWV en gemeenten. Na een proefplaatsing kunnen deelnemers een contract krijgen voor een periode van 6-12 maanden. De doelgroep bestaat uit mensen uit de participatiewet en Wajongers. Vier dagen per week voeren deelnemers in groepsverband landschapsonderhoud werkzaamheden uit onder leiding van een assistent uitvoerder. Een interne jobcoach begeleidt de deelnemers. Bijna alle deelnemers vinden betaald werk. Soms krijgen deelnemers extra vaardigheden aangeleerd om in een sector buiten het groen een baan te vinden.

3. **Herstel van burn-out en stress: nature based therapy.** Project buitenkans van Buitenvitaal in Dronten richt zich specifiek op middel tot hoger opgeleide volwassenen die zijn uitgevallen op het werk en willen werken aan hun herstelproces en terugkeer naar werk. Het programma komt overeen met nature-based rehabilitatie programma's uit Zweden en Denemarken. Lichamelijk actief zijn, werken in de natuur, ervaringsleren en reflectie worden gecombineerd om deelnemers inzicht te verschaffen in hoe ze in het leven staan, omgaan met werk en collega's.
   In de eerste fase gaat het om tot rust komen, ontspannen, luisteren naar je lichaam, veiligheid ervaren en verbinden met de natuur. Fase 2 is gericht op het herstel van energie en werkritme opbouwen en fase 3 op oriëntatie op- en uitstroom naar werk.

Werkzame elementen van werken in het groen

De ervaring van initiatiefnemers, deelnemers en beleidsmedewerkers is dat de groene omgeving specifieke kwaliteiten heeft die het geschikt maakt als werk en re-integratieplek voor mensen met psychische problemen. Wat echter wel een rol speelt, is dat veel van de mensen die een groen traject volgen vaak te maken hebben (gehad) een combinatie van problemen; vaak speelt er meer dan uitval of werkloosheid.

Kwaliteiten van werken in het groen

Groene projecten bezitten een mix van groene en sociale kwaliteiten die door deelnemers worden gewaardeerd.
Het gaat om:

- **De aard van de begeleiding:** persoonsgericht, luisterend oor, betrokken, gelijkwaardig, focus op mogelijkheden, duidelijk, benaderbaar, professioneel, reflectie, op maat
- **Onderdeel zijn van een sociale gemeenschap:** herkenning, steun, samenwerking, stimulans
- **Aard van het werk:** gevarieerd, zinvol, concreet, divers, op maat en de specifieke betekenis van werken met planten zoals het cyclische proces van groei, de seizoenen kunnen beleven ende natuur als spiegel.
- **Groene omgeving:** buiten, rust, ruimte, prikkelarm, appèl op zintuigen, reflectie, herinnering aan vroeger.



Uitspraken van deelnemers

Belang van goede begeleiding

> “En dat is nu doordat je met je handen en voeten werkt, en een coach hebt die ziet wat je op dat moment aan het doen bent. Dat heeft er voor mij heel erg er voor gezorgd. Om uit het hoofd in het doen te gaan, en dat is denk ik iets wat ik heel erg nodig had. En zonder die reflectieverslagen weet ik niet of ik dan ook ja ik denk ook wel omdat ze dus er constant bij aanwezig is. Maar dat heeft wel geholpen. Voor mijn eigen inzicht.”

Belang van de groep

> “Weet je wel, al spelenderwijs en zo, alles terugkrijgend van (XXX-coach) ook en van elkaar ook in de groep later, ja en dan merk je ook van (...), we lopen eigenlijk allemaal tegen dezelfde dingen aan he, dat maakt het ook wel weer luchtig eigenlijk. Dat je dan denkt van ach het hoort ook wel bij mens zijn blijkbaar, en ook dat je leren en oefenen en eh, ja, wel mooi.”

Aard van het werk

> “En ook ik ben een ontzettende denker en een piekeraar en ik weet dat zeg maar gewoon lekker met mijn handen bezig zijn buiten dat gewoon voor een gezonde balans zorgt zeg maar.”

Natuur als spiegel

> “Het was al later en dan had je zo’n bospad, en dan had je twee paden. De een was dan de makkelijke weg en de ander een moeilijke weg, zoveel spiegels zoveel eyeopener.”

> “De natuur heeft nooit haast maar toch komt alles voor elkaar. Dus ja de rust het feit dat niemand, niemand is gehaast.”

Theoretische onderbouwing van groene re-integratie

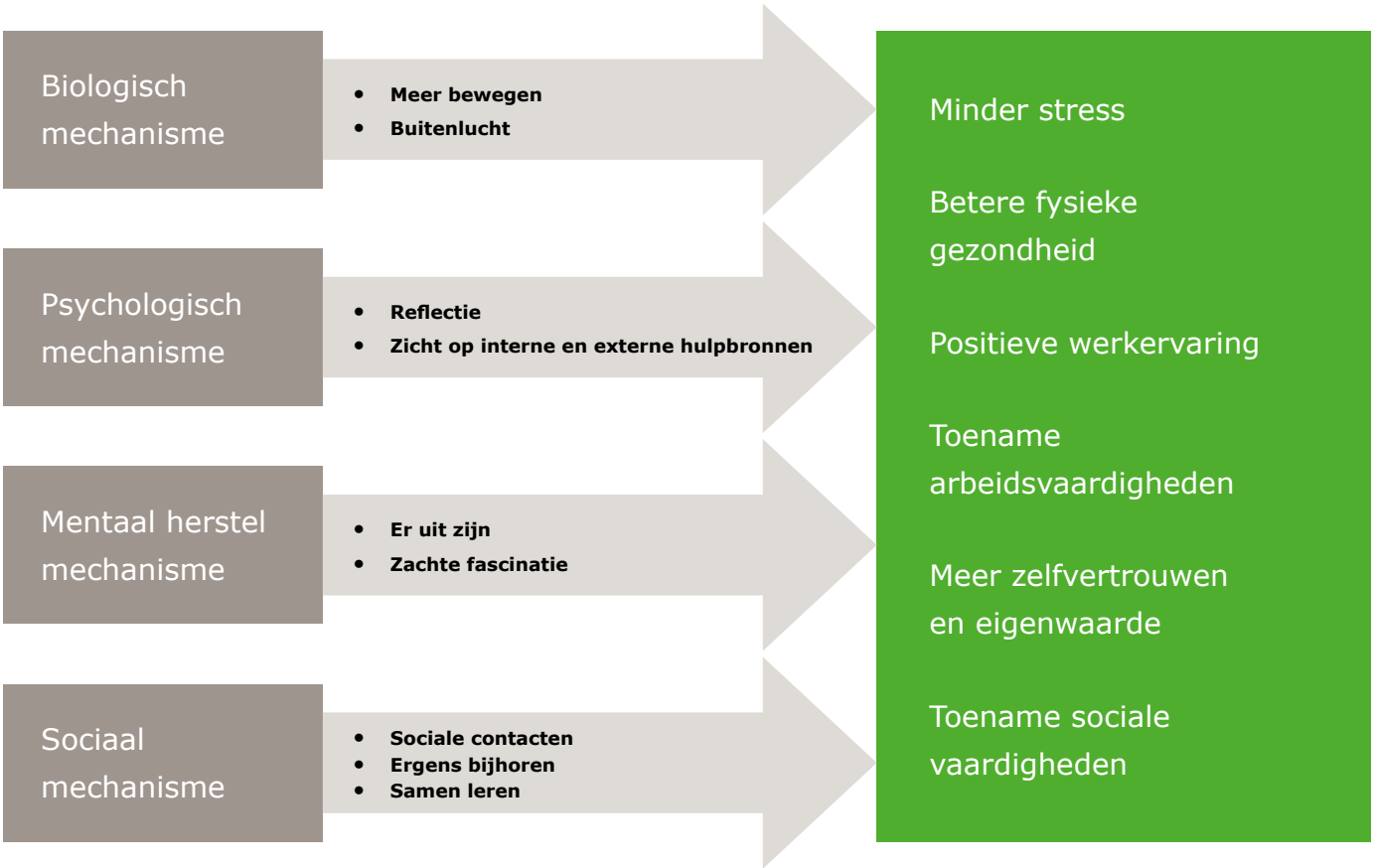
Er zijn verschillende theorieën die onderbouwing kunnen geven van de werkzame mechanismen van groene re-integratie. De belangrijkste theorieën die de positieve effecten van groen verklaren zijn de attentie restoratie theorie van Kaplan (Kaplan, 1995) die verklaart waarom natuur leidt tot herstel van mentale vermoeidheid, en de evolutionaire theorie van Ulrich (Ulrich, 1993) die verklaart waarom mensen een intrinsieke neiging hebben zich verbonden te voelen met de natuur. Uit Scandinavisch onderzoek komt naar voren dat actief zijn in de groene omgeving een bron van herstel is voor mensen met psychische klachten: het geeft rust, het is een veilige plek, het sluit aan bij je mogelijkheden en je bent er tussen uit (Palsdottir ea 2014a,b; Sahlin ea 2015). Uit verschillende onderzoeken blijkt dat naast het actief zijn in de groene omgeving de aard van de begeleiding, het onderdeel zijn van een sociale gemeenschap en de aard van de werkzaamheden belangrijk zijn voor het herstel en ontwikkeling van mensen (zie oa Elings en Hassink, 2008; Hassink ea 2010; Pederson ea 2012; Granerud en Eriksson, 2014; Iancu ea 2014 en Ellingsen-Dalskau ea 2016).

Groene re-integratie past ook in de context van ervarend leren. Ervarend leren is een actieve vorm van hulp die gekenmerkt wordt door een specifieke methodisch opgezette leersituatie waarin concrete/authentieke ervaringen worden opgedaan waardoor reflectie over de eigen situatie ontstaat (Ruikes, 2012). Kernbegrippen van ervarend leren zijn het opdoen van positieve ervaringen, reflectie als aanjager van het veranderingsproces en het verblijf in een ongewone, authentieke (vaak groene) omgeving. Ervarend leren in de natuur blijkt de zelfwaardering en het gevoel van controle te versterken en de sociale en geestelijke gezondheid te verbeteren. De ervaringen zijn vooral positief bij projecten met realistische, uitdagende, structurerende activiteiten, fysieke inspanning en therapeutische inbedding (Russell and Philips-Miller, 2002; Wilson en Lipsey, 2000).

Op basis van bovenstaande theorieën en interviews die gehouden zijn met deelnemers van de drie vormen van groene re-integratie praktijken blijkt dat bij groene re-integratie 4 mechanismen een rol spelen:

- Een biologisch mechanisme: van meer beweging en buitenlucht.
- Een psychologisch mechanisme: van reflectie en zicht op interne en externe hulpbronnen.
- Een mentaal herstel mechanisme: van er even uit zijn, zachte fascinatie voor de groene omgeving.
- Een sociaal mechanisme: van sociaal contact, ergens bij horen en samen leren.

Onderstaande figuur geeft een beschrijving van deze 4 mechanismen en hun effecten:



Wat levert groene re-integratie op volgens deelnemers

> Lichamelijke conditie dat kun je haast alleen maar opdoen door in beweging te zijn dus dat is wel weer een punt dus. En dat heb ik wel veel gelukkig hier, doordat ik dus hier kom, dus dat scheelt wel"

> Maar wat je vooral leerde was dat je mocht zijn wie je bent. Dat was het belangrijkste, dat was de doelstelling van de tuin het zijn wie je bent"

> Thuis zitten word je alleen maar slechter van. Op de werkplek was voor mij de stap nog veel te groot; je krijgt de klusjes, je werkt dan wel om fysiek weer ergens aanwezig te zijn, maar je werkt dan minder om te herstellen of om inzicht te krijgen in van wat doe je nou eigenlijk 'fout' en wat zijn nou je valkuilen. Dat leer ik nu echt wel."

Kansen, uitdagingen en adviezen voor groene re-integratie initiatieven en gemeenten

Kansen

- Met groene initiatieven kunnen gemeenten verschillende beleidsdoelen met elkaar verbinden zoals zorg, re-integratie en participatie, kwaliteit van de leefomgeving, groenbeheer en sociale cohesie.
- Er is een hernieuwde interesse voor werken in het groen. De negatieve associatie met groenbeheer, schoffelen en plantsoenonderhoud maakt plaats voor de positieve associatie van betrokkenheid bij het groen in de woonomgeving. Denk aan stadslandbouwinitiatieven, groene daken, groene gevels, wijktuinen.

Uitdagingen

- Er is veel onzekerheid door de veranderingen in regelgeving. Mogelijke deelnemers zijn onvoldoende in beeld en partijen weten elkaar niet goed te vinden.
- In veel gemeenten zijn er nog schotten tussen re-integratie en dagbesteding en hun financieringsstructuren. Ook zijn er schotten tussen zorg, welzijn en kwaliteit van de leefomgeving.
- Voor veel groene werkgevers is het beleid te ingewikkeld en daarom nemen ze geen mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt in dienst.
- Kleinschalige, maatschappelijke groene initiatieven hebben vaak problemen te voldoen aan de eisen van gemeenten of zijn onvoldoende thuis in de manier waarop verschillende vormen van ondersteuning zijn georganiseerd en hoe ze worden gefinancierd.

Adviezen voor groene re-integratie initiatieven

- Methodisch werken. In de GGZ is veel aandacht voor effectieve interventies en effectieve re-integratie methodieken. Groene re-integratie initiatieven maken geen gebruik van in de GGZ ontwikkelde methodieken. Ze kunnen baat hebben bij het koppelen van hun aanpak met die van als effectief genoemde interventies zonder de kwaliteiten als informele karakter te verliezen.

- Impact in kaart brengen (op verschillende beleidsterreinen). Juist om omdat met groen diverse beleidsdoelen gerealiseerd kunnen worden is het van belang de maatschappelijke impact van groene initiatieven te onderbouwen.

- Bewuster inzetten en koppelen van werk-sociale en groene kwaliteiten en expertises. Uit de interviews en literatuur komt naar voren dat re-integratie initiatieven in het groen arbeidsmatige, sociale en groene kwaliteiten bezitten. Sommige initiatieven zetten met name in op het arbeidsmatige, of het sociale en andere meer op de stress reducerende en inzicht gevende kwaliteiten van groen. Door meer samenwerking, scholing en bewustwording kunnen binnen groene initiatieven alle drie typen kwaliteiten optimaal worden gebruikt.

Adviezen voor gemeenten

- Ontschotten binnen gemeenten: Als schotten tussen afdelingen (sociaal en groen/leefomgeving) worden weggehaald kunnen doelen en financiële middelen van verschillende beleidsterreinen worden gekoppeld en kan er met groen verschillende doelen worden behaald en is er meer budget beschikbaar.

- Ondersteun bedrijven en maatschappelijke groene initiatieven. Vereenvoudig de procedures om mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt een plek te bieden.

- Social return in de aanbesteding meenemen. Gemeenten kiezen bij aanbesteding (bv bij groenbeheer) vaak voor de goedkoopste aanbieder. Door social return als voorwaarde mee te nemen in de voorwaarden krijgen aanbieders die plek bieden aan mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt een betere kans.

- Samenwerking. Er is veel aandacht voor nieuwe vormen van groen en burgerparticipatie in het groen. Bij initiatiefnemers ontbreekt vaak kennis over groen. Samenwerking tussen nieuwe initiatieven, hoveniers- die veel groenonderhoud binnen gemeenten uitvoeren- , en re-integratieprojecten kan het groen een nieuwe impuls geven.

- Ketens vormen. Er zijn nu groene initiatieven voor dagbesteding, re-integratie en herstel bij burn-out. Door samenwerking kunnen mensen met psychische problemen doorstromen van werkplekken met veel ondersteuning naar werkplekken met minder ondersteuning.

- Leernetwerk gemeenten. Gemeenten zijn zoekende hoe ze invulling geven aan de WMO, participatiewet en andere veranderingen in het sociale domein. Het is een zoektocht naar de juiste terminologie, instrumenten om doelen te bereiken en manieren om te komen tot ontschotting. Verschillende gemeenten hebben instrumenten en ideeën die ook voor andere gemeenten interessant zijn.



Referenties

1. Elings, M. and Hassink, J. 2008. Green care farms, a safe community between illness or addiction and the wider society. Journal of therapeutic communities 29, 310-323.

2. Ellingsen-Dalskau, L.H., Berget, B., Pedersen, I., Tenllnes, G. and Ihlebaeck, C. 2016. Understanding how prevocational training on care farms can lead to functioning, motivation and well-being. Disability and Rehabilitation 38 (25) 2504-2513.

3. Granerud, A., and Eriksson, B. 2014. Mental health problems, recovery, and the impact of green care services: A qualitative, participant-focused approach. Occupational Therapy in Mental Health 30, 317-336.

4. Hassink, J., Elings, M., Zweekhorst, M., v.d. Nieuwenhuizen, N. and Smit, A. 2010. Care farms: attractive empowerment-oriented and strengths-based practices in the community. Health and Place 24,423-430.

5. Kaplan, S. 1995. The restorative benefits of nature: towards an integrative framework. Journal of Environmental Psychology 15(3), 169-182

6. Iancu, S.C., Zweekhorst, M. B., Veltman, D. J., van Balkom, A. J. and Bunders, J. F. 2014. Mental health recovery on care farms and day centres. A qualitative comparative study of users' perspectives. Journal of Disability and Rehabilitation 36, (7), 573-583.

7. Palsdottir, A.M., Persson, D., Persson, B. and Grahn, P. 2014a. The journey of recovery and empowerment embraced by nature- Clients' perspectives on nature-based rehabilitation in relation to the role of the natural environment. International Journal of Environmental Research and Public Health 11, 7094-7115.

8. Palsdottir, A.M., Grahn, P.and Persson, D. 2014b. Changes in experienced value of everyday occupations after nature-based vocational rehabilitation. Scandinavian Journal of Occupational Therapy 21, 58-68.

9. Pedersen, I., Ihleback, C. and Kirkevold, M. 2012. Important elements in farm-animal assisted interventions for persons with clinical depression: a qualitative interview study. Disability and Rehabilitation 34(18), 1526-1534.

10. Ruikes, T.J.M. 2012. Ervaringskracht. Projecten ervaringsleren voor opvoeding, onderwijs en jeugdzorg. Stili Novi Utrecht.

11. Russell, K.C., and Philips-Miller, D. 2002. Perspectives on the wilderness therapy process and its relation to outcome. Child and Youth Care Forum, 31, 415-437.

12. Sahlin, E., Ahlborg, G., Tenenbaum, A. and Grahn, P. 2015. Using nature-based rehabilitation to restart a stalled process of rehabilitation in individuals with stress-related mental illness. International Journal of Environmental Research and Public Health 12, 1928-1951.

13. Stigsdotter, U., Palsdottir, A.M., Burls, A., Chermaz, A., Ferrini, F. and Grahn, P. 2011. Nature based therapeutic interventions. Chapter 11. Forests, Trees and Human Health. K. Nilsson ea. (eds). Springer Science Business Media.

14. Ulrich, R.S. 1993. Biophiliia, biophilia and natural landscapes. The biophylia hypothesis, 7. Washington D.C. Island Press.

15. Wilson, S.J. and Lipsey, M.W. 2000. Wilderness challenge programs for delinquent youth: a meta-analysis of outcome evaluations. Evaluation and Program Planning, 23, 1-12.

Meer informatie:

Auteurs: Jan Hassink, Lenneke Vaandrager en Joke Jansen.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met: Jan Hassink Wageningen University & Research Jan.hassink@wur.nl (0317480576) en Lenneke Vaandrager Wageningen University Lenneke.vaandrager@wur.nl (0317482462).

Financier: Deze factsheet is een product van het project "Groene ondernemende re-integratiepraktijken voor mensen met psychische problemen". Dit project is uitgevoerd in het kader van het Programma Vakkundig aan het werk, gefinancierd door ZonMw.

Figuur: Joke Jansen

Deze publicatie is een uitgave van: Wageningen University & Research