



## THE POWER OF PEERS

### Persoonlijk en Maatschappelijk Herstel bij Depressie

Annelot van Geffen  
dr. Dorien Smit  
dr. Janna Vrijsen  
Prof. dr. Jan Spijker

*Pro Persona*  
geestelijke gezondheidszorg

## Inleiding

1. Onderzoek: resultaten kwalitatieve studie
2. Toepassen: co-creatie van nieuwe tool
3. Praktijk: ontwikkeling en implementatie nieuwe tool

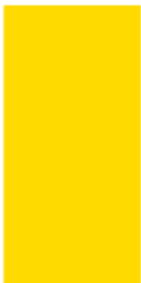
Radboud University



IGTA  
NOA

Pro Persona  
goestelijke gezondheidszorg





Radboud University



# Kwalitatieve studie

Wat betekent persoonlijk en maatschappelijk herstel?

Wat zijn bevorderende en belemmerende factoren?



Hoe zijn deze processen aan elkaar gerelateerd?

Hoe kan het herstelproces worden ondersteund?



## Kwalitatief onderzoek: resultaten

### Persoonlijk Herstel

Retrospectief  
Intrapersoonlijk  
Zelfinzicht  
Identiteit  
Empowerment



### Maatschappelijk Herstel

Prospectief  
Interpersoonlijk  
Meedoen  
Beloning  
Betekenisgeving

## Kwalitatief onderzoek: resultaten

1. Zelfinzicht
2. Concreet perspectief
3. Empathische omgeving
4. Herkenning en erkenning
5. Zelfvertrouwen
6. Gepersonaliseerd
7. Eigen regie
8. - Druk
9. - Angst
10. - Stigma



IOGTA  
NOA

Pro Persona  
geestelijke gezondheidszorg

 **DEPRESSIE**  
CONNECT

Radboud University



 **ZonMw**

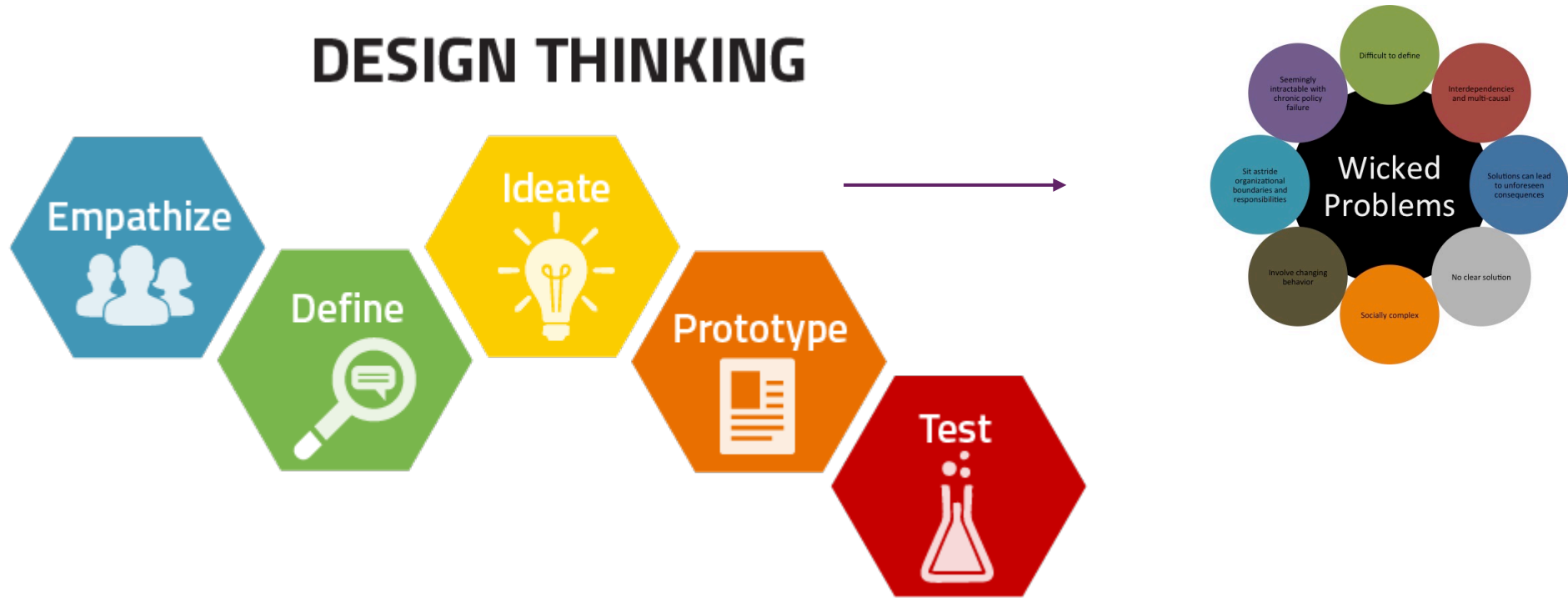
IOGTA  
NOA

Pro Persona  
geestelijke gezondheidszorg

 **DEPRESSIE**  
VERENIGING

## 2. Co-creatie van praktische interventie

### DESIGN THINKING



Radboud University



Pro Persona  
geestelijke gezondheidszorg



# Step 1: Empathize





## Step 2: Define



### HOE KUNNEN WE..?

1. Zelfinzicht
2. Concreet perspectief
3. Empathische omgeving
4. Herkenning en erkenning
5. Zelfvertrouwen
6. Gepersonaliseerd
7. Eigen regie
  
8. - Druk
9. - Angst
10. - Stigma

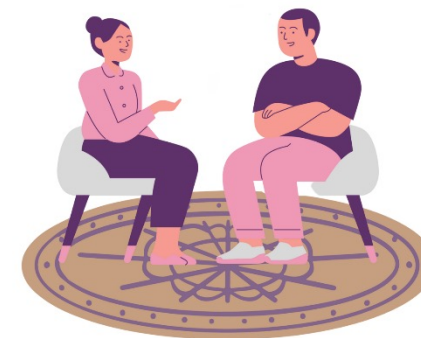


# Step 3: Ideate



<b>Name</b> Product or Service Name		<b>Vision Statement</b> Aim of the product	
<b>Personas</b> Name, background and needs	<b>How Personas Live the Product</b> Describe how the various personas interact with the product satisfying their needs		<b>User Stories</b> Detailed features of the product backlog
	<b>Epics</b> High level main features of the product	<b>Design</b> Visual design	
	<b>Constrains</b> External constrains		

## Step 4 & 5: Prototype & test





## HerstelWijzer



Verwacht eind 2023



3 → In welke regio woon je?

 A Gelderland	 B Noord-Brabant	 C Limburg	 D Utrecht
 E Zuid-Holland	 F Noord-Holland		

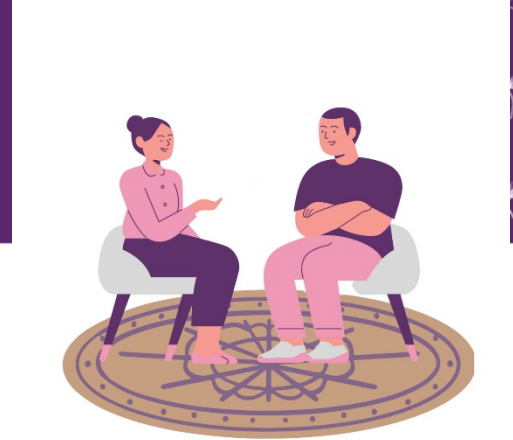
Oké ✓

Gepersonaliseerd aanbod van herstelopties

Radboud University



# Herstelmaatjes-traject



6 sessies 'peer-counseling' onder begeleiding van een ervaringsdeskundige

Sessie 1



Luisteren

Sessie 2



Ophalen

Sessie 3



Onderzoeken

Sessie 4



Perspectief

Sessie 5



Ondernemen

Sessie 6



Reflecteren

Sessie 7



Evalueren

Radboud University



IGTA  
NOA

Pro Persona  
geestelijke gezondheidszorg



# Aanmeldformulier

[www.herstelmaatjes.nl](http://www.herstelmaatjes.nl)

## Meedoen & depressie?

Ontdek je plek met een herstelmaatje

Aanmelden Deelnemer

Ik wil meer informatie

# Vragen?

## Contactgegevens:

Hoofdaanvrager: Jan Spijker, [j.spijker@propersona.nl](mailto:j.spijker@propersona.nl)

Projectleider: Dorien Smit, [d.smit@propersona.nl](mailto:d.smit@propersona.nl)

Junior onderzoeker: Annelot van Geffen, [a.van.geffen@propersona.nl](mailto:a.van.geffen@propersona.nl)

[www.thepowerofpeers.nl](http://www.thepowerofpeers.nl)

[www.herstelmaatjes.nl](http://www.herstelmaatjes.nl)



Radboud University

