



# Van uitkering naar werken met je eigen ervaring

## Inleiding

Dit document is geschreven voor (toekomstige) medewerkers, vrijwilligers en besturen van zelfregie-initiatieven.

In dit document geven we informatie over hoe je vanuit een uitkering een zelfregie-initiatief<sup>1</sup> kunt starten of daar kunt gaan werken. Het proces van uitkering naar werk of naar een eigen organisatie vergt flink wat stappen. Hoe doe je dat en waar moet je op letten? We zetten de kennis en de ervaringen van mensen die dezelfde route bewandeld hebben op een rijtje. We verwijzen naar relevante wetgeving en gebruiken informatie van een arbeidsdeskundige van het UWV.

We beginnen met informatie over de wet- en regelgeving bij aan het werk gaan vanuit de uitkering. Vervolgens benoemen we de stappen die je kunt nemen om uit je uitkering te komen, met allerlei concrete tips en adviezen.

## Wet- en regelgeving

Als mensen arbeidsongeschikt zijn en een uitkering hebben, zijn verschillende uitkeringen mogelijk. Afhankelijk van wanneer je arbeidsongeschikt geworden bent en hoe groot je arbeidsbeperking is, ontvang je dan een van de volgende uitkeringen:

Van het UWV:

- WIA-WGA<sup>2</sup>
- WIA-IVA<sup>2</sup>
- WAO
- Wajong

Van de gemeente:

- Bijstand uit de Participatiewet

---

<sup>1</sup> Als we in dit document spreken over zelfregie-initiatieven, bedoelen we ook Regionale Cliëntenorganisaties, Herstelacademies en andere burgerinitiatieven, sociale ondernemingen of vrijwilligersorganisaties.

Er zijn twee soorten WIA-uitkeringen: de WGA- en de IVA-uitkering<sup>2</sup>. De IVA-uitkering krijgen mensen die volledig en duurzaam arbeidsongeschikt zijn. Als iemand wel arbeidsvermogen heeft, ontvangt hij een WGA-uitkering. Het grootste verschil tussen deze twee type uitkeringen is dat voor mensen met een WIA-IVA er geen geld beschikbaar is voor re-integratie. Voor mensen met een WIA-WGA uitkering zijn wel middelen voor re-integratie beschikbaar.

Marieke Thoomes, arbeidsdeskundige van het UWV, zegt hierover: "Dat er geen middelen voor ondersteuning naar werk voor mensen met WIA-IVA zijn, is een politiek besluit: bij de invoering van de WIA in 2004 is ervoor gekozen om een scheiding aan te brengen in de uitkering voor mensen met arbeidsvermogen en zij die dat niet hebben. Er is toen niet voorzien in dienstverlening, dat wil zeggen in ondersteuning bij het re-integreren naar werk, voor de groep zonder arbeidsvermogen. Mensen met een WIA-WGA-uitkering kunnen bij het UWV wel ondersteuning krijgen bij re-integratie naar werk of bij het opzetten van een eigen bedrijf."

Het is ook mogelijk dat je een andere uitkering hebt of in een andere situatie zit:

- Als je voor 2004 arbeidsongeschikt geworden bent, dan val je in de WAO-regeling.
- Als je de ziekte of handicap voor je 18<sup>e</sup> of tijdens je studie gekregen hebt en duurzaam en volledig arbeidsongeschikt bent, dan heb je een Wajonguitkering.
- Je krijgt een bijstandsuitkering via de Participatiewet van de gemeente.

In deze uitkeringsituaties zijn er mogelijkheden om re-integratie activiteiten vergoed te krijgen. Praat er met je arbeidsdeskundige over wat mogelijk is.

**Iedereen die een arbeidsongeschiktheidsuitkering via het UWV heeft, heeft ook een arbeidsdeskundige of heeft in ieder geval het recht op een gesprek met een arbeidsdeskundige.**

Ook bij de Participatiewet zijn re-integratiegelden: informeer bij je gemeente hoe je ondersteuning bij de weg naar werk kunt krijgen. Gemeenten kunnen hun eigen beleid opstellen over hoe ze dat uitvoeren, dus daar gaan we hier niet dieper op in. Wel zijn er algemene regels waar elke gemeente zich aan moet houden. Zie bijvoorbeeld:

<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/participatiewet/stimuleren-van-re-integratie>.

In alle gemeenten zijn, als het goed is, ook onafhankelijke cliëntondersteuners werkzaam. Die kunnen je helpen; het zijn geen hulpverleners, maar ze staan wel naast je en denken met je mee.<sup>3</sup>

De wet- en regelgeving over arbeidsongeschiktheid en bijbehorende uitkeringen is complex en daarom moeilijk te doorgronden. Politieke partijen in Nederland denken nogal verschillend over arbeidsongeschiktheid en welk beleid daarbij passend is. Bij de besluitvorming over de WIA in de Tweede Kamer zijn daarom nog allerlei moties ingediend. Politieke partijen dienden die moties in om nog enkele veranderingen aan te brengen, waardoor ze wel konden instemmen met de wetgeving. Al die moties en uitzonderingen hebben de wet en regelgeving ondoorgrondelijk en complex gemaakt.

**Een arbeidsongeschiktheidsuitkering is geen gevangenis: je mag stappen zetten om aan het werk te gaan en zaken gaan ondernemen. Het is wel belangrijk om je aan de regels te houden en vooral te blijven communiceren met het UWV.**

<sup>2</sup> WIA staat voor: Wet werk en inkomen naar arbeidsvermogen. IVA: Inkomensvoorziening Volledig arbeidsongeschikten. WGA Werkhervatting Gedeeltelijk Arbeidsgeschikten.

<sup>3</sup> In de Wmo is geregeld dat elke gemeente onafhankelijk cliëntondersteuners moet hebben, voor ondersteuning op verschillende levenssterreinen, zoals wonen, zorg, zelfredzaamheid en meedoen in de samenleving. De onafhankelijke cliëntondersteuners hebben dus een bredere taak dan de Wmo, ook al is de voorziening geregeld in de WMO.

Voor meer informatie over wetgeving verwijzen we naar [www.routewijzernaarwerk.nl](http://www.routewijzernaarwerk.nl). Op die website vind je informatie over alle uitkeringen, maar ook nog meer informatie die je kan helpen op weg naar werk. Ook de website van het UWV kan nuttig zijn: [www.uwv.nl](http://www.uwv.nl).

Op de themawebsite Werk en Inkomen in de kennisbanken van het Nationale Zorgnummer, van MIND, Patiëntenfederatie en Leder(in) is veel concrete informatie te vinden: <https://pg-ws-fo.custhelp.com/>

Tot zover de wet- en regelgeving rond uitkering en de mogelijkheden van ondersteuning voor re-integratie. Over stappen die je kunt zetten als je aan het werk wilt en wat daarbij belangrijk is, gaat het volgende hoofdstuk.

## De route van uitkering naar werken met je eigen ervaring

Werken met je eigen ervaring kan op verschillende plaatsen en manieren. Je kunt zelf een organisatie opzetten, bijvoorbeeld een zelfregiecentrum of een herstelacademie. Of een betaalde baan zoeken bij een zelfregie-initiatief, herstelacademie of ggz-instelling. Het begint met jouw keuze dat je dat wilt. Als jij iets wilt veranderen in je leven, moet je zelf het initiatief nemen. Het helpt als je hiervoor een plan hebt. In dit hoofdstuk gaat het over dit plan en wat je kan helpen op de route naar werken met je eigen ervaring.

*Jan Mostert, medeoprichter Herstelacademie en ervaringsdeskundig bij [GGZ Delfland](http://GGZ Delfland)*

“De herstelacademie is opgezet omdat de initiatiefnemers wilden dat er ook dagbesteding was die voortkwam uit het eigen initiatief van mensen. Er was en is een groot en divers aanbod van dagbesteding bij GGZ Delfland, maar dat is wel van bovenaf georganiseerd. De initiatiefnemers wilden mensen ondersteunen bij activiteiten die ze zelf bedacht hadden. De herstelacademie is onderdeel van Doel Delfland. In juni 2018 opende de Herstelacademie de deuren. Ondertussen bestaat de Herstelacademie nu bijna anderhalf jaar en zijn wij met een palet van meer dan 25 activiteiten en meer dan 200 deelnemers een **echt** onderdeel van het herstelproces dat wordt vormgegeven door vooral de cliënt zelf. De instelling GGZ Delfland en specifiek Anja van Driel, mijn directe leidinggevende, hebben hier een hele grote rol in gespeeld”, aldus Jan, die ervan overtuigd is dat je altijd kunt herstellen en dat iedereen wel iets goed kan.

In september 2014 kwam Jan uit de kliniek van GGZ Delfland. Daarna kwam hij in de vervolgbehandeling bij GGZ Delfland en had elke week gesprekken met zijn behandelaar. Hij heeft toen een officiële brief samen met de behandelaar aan het UWV geschreven. Daarin stond zijn verhaal, over wat er met hem gebeurd was in zijn leven en hoe hij zijn route en richting van herstel zag. Als reactie op die brief werd hij uitgenodigd voor een gesprek bij het UWV. Toen is afgesproken dat hij zich als ervaringsdeskundige kon ontwikkelen bij GGZ Delfland en werd hij ontslagen van de sollicitatieplicht.

# Wat zijn de belangrijkste stappen en aandachtspunten?

## 1. Maak een plan

Het opstellen van een plan helpt je om focus te houden op wat je wilt bereiken en om de weg en de stappen die je kunt zetten om daar te komen te beschrijven. Het plan is niet in beton gegoten, je kunt het gaandeweg bijstellen. Natuurlijk zijn er ook mensen die 'erin rollen' en geen plan hebben opgesteld. Waar we in dit stuk op in willen gaan is de systematische aanpak van de weg naar werken als ervaringsdeskundige en daarbij is een plan een goed middel.

Het plan bestaat uit doelen, stappen en middelen om de doelen te bereiken. Op alle drie gaan we hieronder dieper in.

- **Stel doelen**

- Korte- en langetermijndoelen

Het langetermijndoel, bijvoorbeeld een zelfregie-initiatief opzetten of werken als ervaringsdeskundige op een bepaalde plek, houdt je gefocust.

De kortetermijndoelen zijn stappen die je helpen tot dat langetermijndoel te komen. Dat kan zijn vrijwilligerswerk, een opleiding doen of een vaardigheid verkrijgen.

*Chantal:* "Ik stelde mijzelf een langetermijndoel, plaatste een stip op de horizon en alles wat ik oppikte en leerde onderweg, kon bijdragen aan herstel en ontwikkeling. Mijn kortetermijndoelen droegen afzonderlijk bij aan mijn langetermijndoel."

Het langetermijndoel mag onhaalbaar lijken. Het is wel belangrijk dat de kortetermijndoelen haalbaar en reëel zijn. Want dat zijn immers de stappen op weg naar je langetermijndoel.

- **Benoem de stappen die je gaat zetten**

De kortetermijndoelen kunnen nog verder uitgesplitst worden in stappen. Welke stappen moet je zetten om een kortetermijndoel te behalen. Als je kortetermijndoel vrijwilligerswerk is, kun je benoemen wat je wilt en moet doen om daar te komen. Waar hebben ze vrijwilligerswerk dat je zou willen doen? Hoe kom je daaraan? Ken je daar mensen?

Stappen kunnen zijn:

- Brainstormen met iemand in je omgeving over welk vrijwilligerswerk je zou kunnen doen, wat je leuk vindt en wat ook nuttig is voor jou.
- Onderzoeken waar bij jou in de buurt vrijwilligerswerk is waar jij in geïnteresseerd bent.
- Twee organisaties selecteren die je gaat benaderen.
- Die twee organisaties benaderen om te informeren of daar vrijwilligerswerk kunt gaan doen.

Hoe concreter je de stappen benoemt, hoe beter. Dat verhoogt de kans om je doel te bereiken.

- **Bespreek dat plan met je arbeidsdeskundige**

Bespreek het plan met je arbeidsdeskundige. Als je die niet hebt, vraag dan om alsnog gekoppeld te worden aan de arbeidsdeskundige. Als je het plan *bespreekt* met je arbeidsdeskundige, is het UWV op de hoogte en dat geeft mogelijkheden voor vergoedingen van het UWV. Sowieso moet je het UWV op de hoogte brengen van je activiteiten (zie hieronder: contact met het UWV).

Met de arbeidsdeskundige kun je afspreken hoe, wat en waarom en dit in een werkplan zetten. Zo'n werkplan is een juridisch document, waarin je bijvoorbeeld ook kunt vastleggen dat je het eerste jaar recht hebt op behoud van uitkering.

**Laat je niet afschepen als je een gesprek aanvraagt of gekoppeld wilt worden aan een arbeidsdeskundige. Als je afgewezen wordt, vraag dan waar in de regelgeving dit niet mag. En vraag om die afwijzing zwart op wit te zetten en naar jou toe te sturen. Dan kun je aan anderen bij het UWV vragen of het klopt dat dit niet mag. Neem dan ook contact met MIND op, dan kunnen wij kijken of en hoe we je verder kunnen helpen.**

*Chantal Soepboer, oprichter en coördinator van Mensdoormens in Almelo [www.mensdoormens.nl](http://www.mensdoormens.nl)*

Chantal kwam in 2012 voor de derde keer in de ziektewet en heeft toen gekozen voor duurzaam herstel. Ze wilde deze keer een terugval voorkomen.

*Chantal "(..) dat wat ik nodig had voor mijn herstel was er niet in Almelo. Een ontmoetingsplek zoals Mensdoormens had me enorm kunnen helpen. Als ik mijn kind naar school had gebracht, had ik de neiging om de tv aan te zetten en voor de buis te gaan hangen. Dus eigenlijk moest ik niet weer naar huis. Ik ging dan naar de bieb, maar die was pas later in de ochtend open. Mijn eigen behoeften die ik had in die tijd van herstel, heb ik vertaald naar een plan voor Mensdoormens."*

De uitvoering van het plan ging wel met horten en stoten "Het plan heeft ook wel eens drie maanden in de kast gelegen", aldus Chantal. "Ik heb een lange weg afgelegd".

In september 2018 heeft Chantal Mensdoormens gestart. Het centrum heeft financiering voor twee jaar: een subsidie van de gemeente Almelo en een bijdrage van het Kansfonds en stichting De Klup Twente.

*"Nu na een jaar overtreffen de resultaten mijn stoutste verwachtingen.", zegt Chantal. "Er zijn veel aanmeldingen. Het is een succes! Er is een groep vaste deelnemers. Het is duidelijk: ik ben niet de enige met deze behoefte."*

## 2. Vraag hulp

Steun vanuit de omgeving op je weg naar werk is van groot belang. Mensen die in je geloven, als je dat zelf even niet meer doet. Dan kan het gaan om steun van je eigen familie, gezin en vrienden. Of om steun van de mensen met wie je werkt. Deel met je omgeving wat je denkt te bereiken, hoe je dat wilt doen en de moeilijkheden die je daarbij tegenkomt.

*Paola: "Ik ben de mensen in mijn omgeving die in mij geloofden dankbaar. Ik had die mensen vooral nodig op het moment dat ik er zelf niet meer in geloofde. Zij hielden hoop en zeiden dat tegen mij."*

- **Betrek je omgeving erbij**

Vraag hulp en steun van je omgeving bij het zetten van stappen uit je plan: mensen vinden dat vaak leuk en het brengt je echt verder. Het kan zijn dat jij formulieren invullen vreselijk vindt, maar dat iemand in jouw omgeving dat juist leuk vindt en je er graag bij wil helpen.

Als je praat over wat je wilt met andere mensen, kunnen die met je meedenken. Andere mensen kunnen je verder helpen: de een kan je in contact brengen met een organisatie of met andere mensen die behulpzaam op jouw route kunnen zijn, de ander was daar ook mee bezig of heeft daar ideeën over. Een netwerk opbouwen en samenwerken is voor het uitvoeren van je plan nuttig en helpt je in een later stadium ook bij je werk. Communiceer over wat je denkt en wilt.

Jan: *“Ik ben er al 6 weken na mijn ontslag uit de kliniek mee begonnen. Laat weten wie jij bent en maak jouw wensen (ook de hele kleine prille ideetjes) kenbaar en vraag daar aandacht voor.”*

Chantal: *“Onderzoek, praat, klets en bouw een netwerk op. Zo ben ik in aanraking gekomen met de voormalig burgemeester van Almelo.”*

Een andere reden om je omgeving te laten weten dat je activiteiten onderneemt, is dat het duidelijkheid geeft over waar je mee bezig bent. Het komt in de praktijk voor dat bureaus een melding doen aan het UWV als iemand met een arbeidsongeschiktheidsuitkering zichtbaar een andere koers gaat varen. Dus behalve dat openheid je een netwerk en mogelijk hulp oplevert, kan het ook voorkomen dat je activiteiten vragen opleveren.

- **Professionele hulp**

Je kunt ook professionals om hulp vragen als het niet lukt om bijvoorbeeld je financiën op orde te krijgen. Het buurtteam of maatschappelijk werk is juist daarvoor. Als het niet lukt om een volgende stap te zetten, kun je aan een loopbaancoach hulp vragen. Ook hier zouden onafhankelijke cliëntondersteuners iets voor je kunnen doen.

Gespecialiseerde hulp of ondersteuning om je verder te helpen bij het opzetten van een zelf-regie-initiatief, zoals een bedrijfscoach of boekhouder, kan ook heel nuttig zijn. Als je daarvoor moet betalen zijn het bedrijfskosten. En misschien kun je daar een vergoeding voor krijgen als je een re-integratietraject hebt.

Ook willen we wijzen op een website waar verschillende goede initiatieven te vinden zijn voor ondersteuning bij de administratie en de start van een eigen bedrijf:

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

- **Houd vast aan je plan**

Het is jouw plan en jouw route. Als jij een goed plan hebt en ervan overtuigd bent dat het gaat slagen, als jij gemotiveerd bent en stappen gezet hebt en gaat zetten, gaan er deuren open. Dan zijn er ook mogelijkheden. Zeker als je een WIA-IVA uitkering hebt, moeten die wel gecreëerd worden, je krijgt het niet ‘zomaar’.

Laat je dus niet van je plan afbrengen. Meedenken met jou betekent niet dat anderen gaan zeggen wat jij moet doen. Wat we hier wel hebben willen zeggen is dat delen helpt: het meedenken en hulp van anderen kan je plan verder brengen.

*Paola Buitelaar, ervaringsdeskundig beleidsadviseur bij RIBW Alliantie en de Federatie Opvang en senior ervaringsdeskundig ontwikkelaar beleid en innovatie bij RIBW Brabant.*

[www.ribwalliantie.nl](http://www.ribwalliantie.nl) | [www.ervaringskennis.nu](http://www.ervaringskennis.nu) | [www.ribwbrabant.nl/ervaringsdeskundigheid](http://www.ribwbrabant.nl/ervaringsdeskundigheid)

Paola werd op het spoor van werken met eigen ervaring gezet door een persoonlijk begeleider. *“Ik heb toen de cursus Werken met je eigen ervaring gedaan. Een basiscursus van 12 weken. Was wel sceptisch over of het iets voor mij zou zijn. Ik had mijn ervaring altijd als last gezien, maar door de cursus kon ik het gaan zien als kracht. Ik zag: hier gebeurt iets! Ik zag in dat mijn ervaring niet alleen een last was, maar dat ik er een bijdrage mee kon leveren aan de samenleving.”*

Nog tijdens de cursus ging ze solliciteren als ervaringsdeskundige bij RIBW Brabant en werd aangenomen. Het RIBW Brabant wilde aan de slag met ervaringsdeskundigheid, wilde dat samen met haar ontwikkelen. Dat was voor Paola ideaal. Haar leidinggevende zei: “Ik wil dat je er bent. Met alles erop en aan, met je kwetsbaarheid en ik wil dat je daar open over bent.”

Paola: *“Zo kreeg ik ruimte voor mijn ontwikkeling. Dat was zo’n mooi proces. Ik mocht onderuitgaan. Ik mocht er zijn met al mijn kwetsbaarheden. Als ik iets moeilijk vond of ik dacht ‘ik kan het nu even niet’, ik heb hulp nodig, kon ik dat aangeven.”*

Er zijn nu om en nabij de 50 ervaringsdeskundigen werkzaam bij RIBW Brabant. Dat betekent dat er ook beleid rondom ervaringsdeskundigheid nodig is. Paola werkt daar nu vooral op beleidsniveau. Bij de RIBW Alliantie en de Federatie Opvang heeft Paola de functie van ervaringsdeskundig beleidsadviseur. Ze zet haar eigen ervaring in ‘op de beleidsvloer’, zet projecten op en adviseert bij beleidsbeslissingen.

### 3. Contact met het UWV

- **Wat moet je melden aan het UWV?**

Wijzigingen moet je doorgeven aan UWV. Als je vrijwilligerswerk doet en je krijgt een vrijwilligersvergoeding, moet je dat melden. Ook als je betaald werk gevonden hebt, moet je dat zo snel mogelijk doorgeven. Door koppeling van de systemen van belastingdienst en UWV komt het UWV er namelijk heel snel achter dat je loon krijgt. Anders loop je het risico een boete te krijgen, bovenop het bedrag dat je te veel aan uitkering hebt gekregen. Bovendien krijg je in principe dan ook een herkeuring. Je kunt wel aangeven dat je niet weet of je duurzaam aan het werk kunt: vraag of je een jaar de gelegenheid kunt krijgen om te kijken of het lukt om deze baan te houden.

Als je stappen gaat zetten naar een betaalde baan: vrijwilligerswerk, netwerkgesprekken of meelopen bij organisaties, is het niet verplicht om dit te melden, maar het is wel handig. Het is dan goed om te communiceren met het UWV dat je iets aan het ondernemen en uitproberen bent, niet weet of het gaat lukken en daarom in de gelegenheid gesteld wilt worden om een jaar met rust gelaten te worden, dat wil zeggen: geen herkeuring wilt.

- **Uitstel herkeuring**

Als je gaat werken of mogelijk al eerder, is het goed om aan te geven aan je arbeidsdeskundige of contactpersoon dat je graag wilt dat die eventuele herkeuring nog even uitgesteld wordt. Met als reden dat nog niet aangetoond is dat je duurzaam aan het werk kunt. In de WIA (IVA) mag je niet gaan werken tot schade van je gezondheid. Iets proberen mag wel, maar let wel op en stop als het niet gaat, doordat bijvoorbeeld je klachten verergeren. Je kunt immers veel beter eerst kijken

of je het aankunt en vol kunt houden en daarna pas een herkeuring ondergaan.

- **Ervaringen met het UWV**

De ervaringen met het UWV zijn wisselend, bleek ook weer uit de interviews voor dit kennisdocument. Chantal en Jan hadden allebei een contactpersoon bij het UWV, die hen verder geholpen heeft. Paola heeft minder goede ervaringen met het UWV.

Contact met het UWV kun je voorbereiden. Informatie over wetgeving bij arbeidsongeschiktheid, uitkeringen en hulp bij je weg naar werk, vind je op [www.routewijzernaarwerk.nl](http://www.routewijzernaarwerk.nl). Op de website van het UWV vind je ook veel informatie: [www.uwv.nl](http://www.uwv.nl). Wel kan het zijn dat die informatie voor jouw specifieke situatie te algemeen is. Dan zou je bij je contactpersoon van het UWV terecht moeten kunnen. Mocht dat toch problemen geven, neem dan contact met het Nationaal Zorgnummer 0900-2356780 of kijk in de kennisbank: [NZN: thema Werk en Inkomsten](#)

#### 4. Tips van de geïnterviewde ervaringsdeskundigen

Jan: *“Maak jezelf zichtbaar. Maak dat wat je doet en denkt kenbaar. Deel je wensenpakket. Laat weten dat je je diploma of certificaat hebt, zorg voor exposure. Laat weten dat je wilt gaan werken. Dan komen mensen naar je toe.*

*En het kan zijn dat niet al jouw ideeën op een positieve manier ontvangen worden. Dat zij zo. Hun probleem. Niet het jouwe. Nogmaals, laat je niet van je doel afhouden.*

*Tegen die mensen die het lastig vinden om zichzelf zichtbaar te maken, zou ik zeggen: kijk naar de dingen die je goed kunt. Er zijn altijd een paar dingen die je van nature doet en waarvan je zelf ook zeker weet: dit kan ik goed! Laat dat zien. Het werkt als je dat laat zien!”*

Paola: *“Ontwikkeling is geen rechte weg omhoog. Als het minder gaat met een ervaringsdeskundige, tijdens een terugval, moet er gestut worden, door het netwerk, door misschien wel medicatie of door het bespreekbaar maken van de problemen. Voor iedereen werkt iets anders. Dat moet je uitvogelen voor jezelf, inzichtelijk maken en toepassen als je dat nodig hebt. En dan vooral focussen op wat nodig is om te blijven functioneren en weer verder te kunnen ontwikkelen. Tijdig signaleren. Gesprekken over wat iemand nodig heeft faciliteren is daarbij essentieel. Openheid faciliteren.”*

Chantal: *“Zoek eerst uit wat je wilt. En hoe doe je dat? Je onderzoekt wat jouw kwaliteiten en passies zijn. Als het je niet lukt om dat zelf te ontdekken dan kun je daar hulp bij zoeken: er zijn allerlei coaches of begeleiders die je daarbij kunnen en willen helpen. Mijn kwaliteiten zijn bijvoorbeeld contact maken met mensen en kletsen. Die kwaliteiten heb ik functioneel ingezet bij mijn zoektocht. Ik ben bij organisaties binnengestapt en gaan vragen: wat doen jullie hier?”*

##### *Afhankelijkheidsrelatie uitkeringsgerechtigden*

Uitkeringsgerechtigden zijn voor hun inkomen afhankelijk van het UWV of de gemeente. Dat veroorzaakt een afhankelijkheidsrelatie. Dat betekent dat mensen vaak bang zijn om iets te ondernemen, omdat ze denken dat ze dan hun uitkering kwijtraken.

Bovendien zegt de omgeving vaak tegen mensen die arbeidsongeschikt zijn: je kunt niet werken, blijf maar thuis. Dat is heel jammer. Iedereen kan herstellen en iedereen heeft kwaliteiten.

De boodschap van ervaringsdeskundigen die wij gesproken hebben is: overwin je angsten, ga aan de slag, het is geen rechte weg omhoog en het valt soms tegen. Van fouten en tegenslag leer je en zo ontwikkel je je verder.



## Bronnen

- Verslag van de workshop 'Ondernemen vanuit de WIA, kan dat eigenlijk wel?' Marieke Thoomes, UWV en Margriet Paalvast, MIND op de Inspiratiedag Ondernemen in Zelfregie en herstel op 21 mei 2019
- Interviews met
  - Chantal Soepboer, Oprichter en Coördinator van Mensdoormens, Almelo
  - Jan Mostert, Ervaringsdeskundige bij GGZ Delfland en mede-initiatiefnemer van de Herstelacademie GGZ Delfland
  - Marieke Thoomes, Arbeidsdeskundige UWV Regio Utrecht Midden
  - Paola Buitelaar, Ervaringsdeskundig Beleidsadviseur RIBW Brabant en senior ervaringsdeskundig ontwikkelaar beleid en innovatie RIBW Alliantie

2019

Dit kennisdocument is opgesteld voor het Project Zelfregie en Herstel met subsidie van het Ministerie van VWS.

Contactgegevens MIND: [info@wijzijnmind.nl](mailto:info@wijzijnmind.nl)

Telefoon: (033) 3032333

Website: <https://www.mindplatform.nl>