

zo doe  
ik het

## Inhoudsopgave

|                                                      |    |
|------------------------------------------------------|----|
| Projectverslag Revalidoen - 'zo doe ik het'          | 3  |
| Projectproces                                        | 4  |
| 1. Start fase                                        | 5  |
| 2. Inventarisatie fase                               | 6  |
| 3. De ontwerpuitdaging                               | 7  |
| 4. Ontwerpfase                                       | 8  |
| 5. Eerste Testfase met een 'zo doe ik het' - schrift | 9  |
| 6. Tweede ontwikkelfase                              | 10 |
| 7. Tweede testfase                                   | 11 |
| 8. Definitieve bouw instrument                       | 13 |
| Het schrift                                          | 13 |
| Ansichtkaarten                                       | 13 |
| Magazine katern                                      | 14 |
| 9. Implementatie fase                                | 15 |
| Evaluatie conclusies en aanbevelingen                | 17 |
| Werkzame bestanddelen                                | 20 |

### **Projectteam Revalidoen**

Stichting revalideren is leren - Inge Vuijk

Breindok - Judith Zadoks

Rehab Academy - Coen Vuijk

Studio HB - Hannie van den Bergh

Ellis in Wonderland - Ellis Bartholomeus

Financieel ondersteund door het Agis Innovatiefonds

Juni 2021

© Projectteam Revalidoen

# Projectverslag Revalidoer - 'zo doe ik het'

## Inleiding

Dit projectverslag is bedoeld voor iedereen die heeft bijgedragen of meegewerkt aan het tot stand komen van 'zo doe ik het'.

Met dit verslag willen we op een leesbare en toegankelijke manier inzicht geven in het ontwikkel-, ontwerp- en implementatieproces. Tegelijkertijd willen we met dit verslag het enthousiasme bestendigen dat we in het afgelopen jaar (mei 2020 - juni 2021) hebben aangetroffen en nieuwsgierigheid naar een vervolg opwekken. We hebben een mooie eerste set instrumenten neergezet om het gat te dichten tussen vraag en aanbod.

Maar het smaakt naar meer, want het gat is groot.

## Probleem

In een periode nadat je iets is overkomen, beland je in een situatie die onbekend is en waarin over het algemeen voor je gedacht en besloten wordt. Juist dan is het belangrijk dat je jezelf ervaart als uniek mens die invloed heeft op zijn omgeving en sturing kan geven aan zijn eigen leven. Het enige dat immers telt ben jij met jouw waarden en levensdromen. De vraag is hoe.

Wat is er nodig om je na een life-event, tijdens en na hun revalidatie, bewust te maken van je dromen, mogelijkheden, belemmeringen, aannames, verdriet en pijn? Wat heb je nodig om zelf eigenaar te zijn en blijven van je veranderde situatie en de kracht en handvatten te vinden om op basis van je eigen (zelf)inzicht in actie te komen?

Door je uit te nodigen of uit te dagen om stil te staan, je te uiten, (kritisch) naar jezelf te kijken en je nieuwsgierigheid te prikkelen ontstaat een nieuw perspectief.

Dat is de opstap naar het leren vinden van antwoorden op vragen zoals: Wat voel en ervaar ik? Wat vind ik daarvan? Wat wil ik? Hoe ziet mijn weg eruit? Welke stappen helpen me verder en wie of wat heb ik daarbij nodig?

## Doelstelling

Een (digitaal en/of analoog) instrument waarmee mensen met een niet aangeboren beperking, tijdens of na hun revalidatie, zich meer bewust worden van hun eigen situatie en zich kunnen uiten over wie ze zijn en wat ze willen. Daardoor kunnen ze zelf actief aan de slag gaan om als eigenaar meer grip op de veranderingen in hun leven te krijgen en zo gericht te kunnen toewerken naar weer (meer) en volwaardig meedoen.

Samengevat een instrument dat bijdraagt aan:

- Bewustwording (hier ben ik, dit ervaar ik);
- Prikkelen tot actie (dit wil ik) ;
- Vertrouwen krijgen in jezelf en je eigen doen (dit ga ik doen).

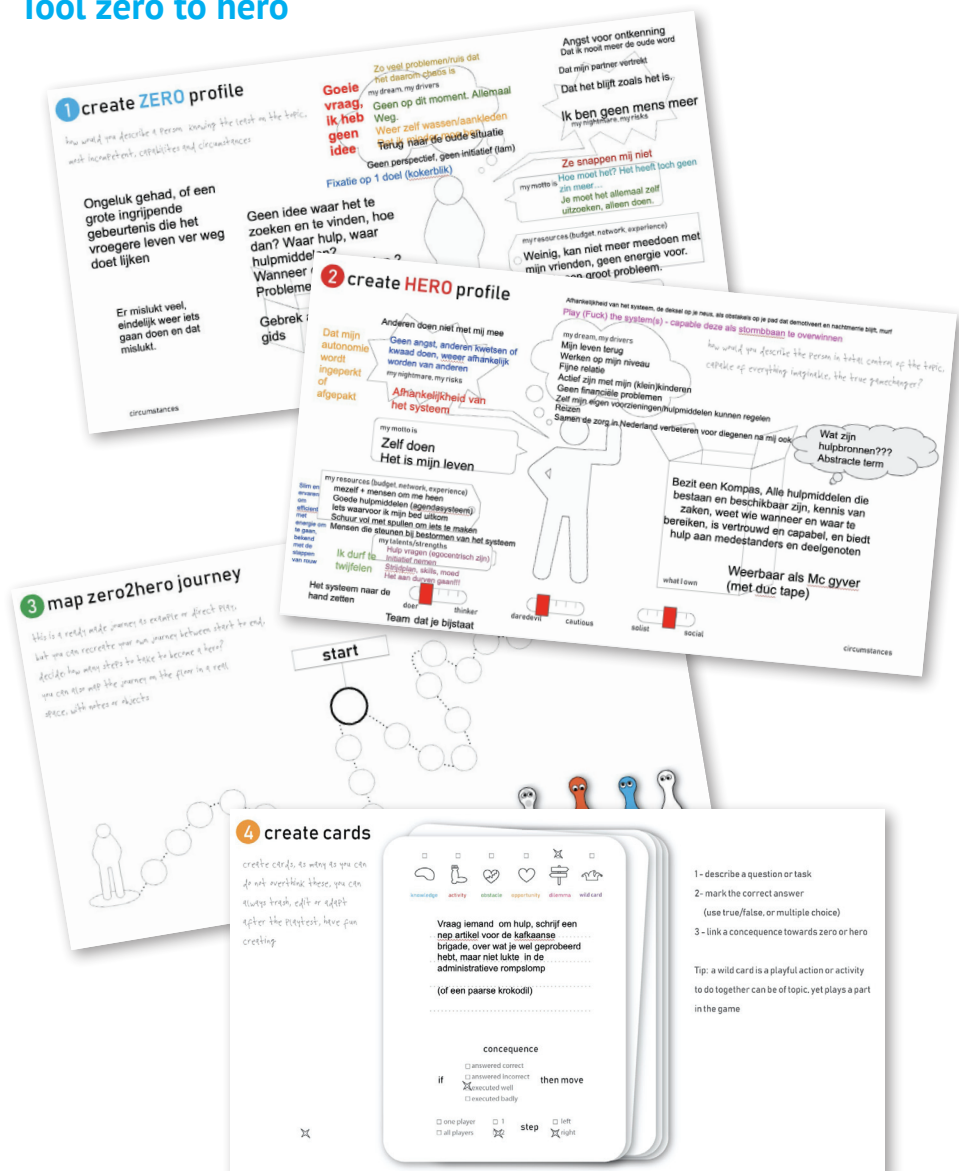
# 1. Start fase

Het projectteam bestond uit mensen vanuit verschillende vakgebieden met ieder zijn eigen verwachtingen, ideeën en expertise. Om de neuzen dezelfde kant op te krijgen hebben we in de startfase met elkaar overlegd wat we wilden bereiken en hoe we dat konden aanpakken. Een creatieve sessie met het 'Zero to Hero'-tool, heeft ertoe geleid dat we met elkaar de ambities concreet hebben gemaakt en we een gezamenlijke startrichting van ontwikkelen hebben gevonden.

Daarna volgde het inrichten van het project en hebben we een pakket van eisen voor het instrument opgesteld. We hebben helder gekregen wat we van wie nodig hebben om tot een goede formulering van de doelstelling te komen en de hoe we deze kunnen toetsen met de juiste mensen. We hebben ook een visueel overzicht gemaakt om het traject inzichtelijk te maken. Hierin is opgenomen: de verschillende fases, acties, tijdspad en hoe we met de doelgroep samenwerken. (zie project-proces op pag 5).

Design Thinking is de methode die gebruikt is om semigestructureerd van het complexe vraagstuk naar een innovatieve oplossing te werken. Het project is opgezet in de vorm van co-creatie. Door samen te ervaren en te experimenteren hebben we de kansen op relevante en innovatieve ideeën voor oplossingen vergroot.

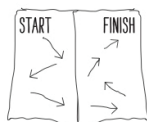
## Tool zero to hero



# Projectproces



Inspiratiegroep

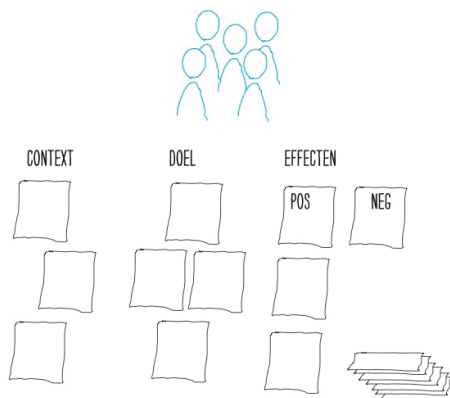


Projectplanning

## 1. Startfase (20 - 31 mei)

Belang van de doelgroep betrekken staat voorop. De eerste fase staat in het teken van het inrichten van een inspiratiegroep waarin de doelgroep vertegenwoordigd is. De consortiumpartners beschikken over een groot netwerk van ervaringsdeskundigen waaruit de inspiratiegroep zal worden samengesteld. Verder zal deze fase gebruikt worden voor het inrichten van de projectplanning.

Opbrengst: inspiratiegroep en projectplanning



## 2. Inventarisatiefase (1-15 juni)

Met de inspiratiegroep samen zal de behoefte geïnventariseerd worden van wat zij al doen en/of nodig hebben om meer grip te hebben op hun leven.

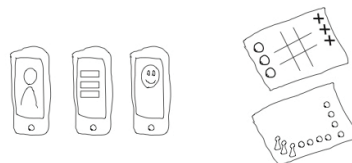
Opbrengst: Pakket van eisen met eerste antwoorden op de vragen waarom, wat en met/voor wie? waarom - context - doel - voor/met wie - effecten



## 3. Brainstorm fase (15 juni- 30 juni)

Ideën verzamelen met de inspiratiegroep. Hoe zouden zij zich een instrument voorstellen, creatieve sessie(s).

Opbrengst: Voorbeelden zijn gegenereerd, uitingsvormen van het instrument zijn in beeld



## 4. Ontwerpfase (1 juli - 15 augustus)

In een creatief proces zal met de uitkomst van de inventarisatie- en brainstormfase toegewerkt worden naar een of meerdere paperprototypes.

Opbrengst: Een of meerder paperprototypes



## 5. Eerste testfase (16 augustus - 15 september).

Toetsing papieren prototypes met doelgroep(en)

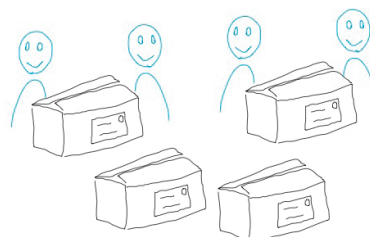
Opbrengst: Keuze voor meest kansrijke prototype



## 7. Tweede testfase (16 oktober - 15 december)

Prototype instrument wordt getest door de inspiratiegroep, zo mogelijk aangevuld met deelnemers aan het Rehab Academy programma, revalidanten van o.a. de polikliniek Tolbrug Den Bosch (Consortium revalidatie 3.0), deelnemers aan het project Casemanager Hersenletsel of diënten van Hersenz

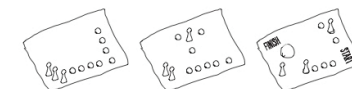
Opbrengst: Feedback op het instrument vanuit de doelgroep



## 9. Implementatiefase (februari - april)

Instrument beschikbaar stellen aan doelgroep, conform implementatieplan. Samen met Revalidatie Nederland instrument beschikbaar stellen voor revalidatiecentra om aan te bieden aan de revalidanten die naar huis gaan.

Opbrengst: Het instrument is beschikbaar en toegankelijk voor de doelgroep.



## 6. Tweede Ontwikkeelfase (16 september - 15 oktober)

Bouwen van de prototype in tussentijdse afstemming met de verschillende partners t.b.v. toetsing en aanpassing (kan in kleine groepen)

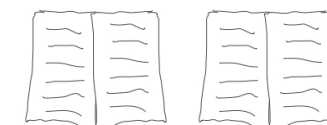
Opbrengst: Prototype is klaar om getest te worden



## 8. Definitieve bouw tool (15 december - 31 januari)

Op basis van feedback het instrument aanpassen en beschikbaar stellen. Financiële en logistieke constructie optuigen om instrument beschikbaar te kunnen stellen.

Opbrengst: Instrument is beschikbaar en implementatieplan is opgesteld



## 10. Evaluatiefase (mei)

Na half jaar instrument en het implementatieplan evalueren en waar nodig aanpassen. Waar nodig implementatieplan aanscherpen.

Opbrengst: Evaluatieverslag van het project, de opbrengst inclusief de feedback en verbeterpunten vanuit het perspectief van de doelgroep en de projectpartners.

# MET DE DOELGROEP

## 2. Inventarisatie fase

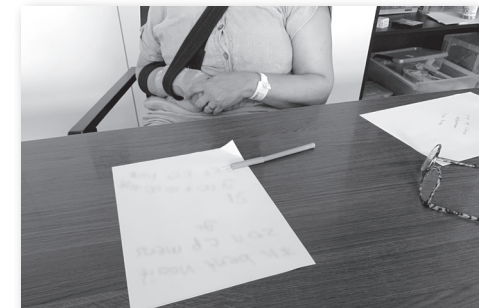
Om in kaart te brengen voor wie we wat wilden maken, hebben we van alle stakeholders informatie verzameld en met elkaar gedeeld. Deze input was waardevol om onze doelstelling nog helderder voor ogen te krijgen en om de ontwerpbeslissingen te kunnen onderbouwen. Als gevolg van de COVID-19 situatie hebben we deze informatie op een andere (minder interactieve) manier moeten verzamelen dan we vooraf van plan waren.

De inhoudelijke experts van Breindok, Rehab Academy en stichting Revalideren is leren hebben verhalen en informatie aangedragen van personen uit of via hun directe netwerk. De creatieve partners van Studio HB en Ellis in Wonderland gebruikten interactieve methodes als interviewen en 'journey mapping' om meer gevoel te krijgen met de probleemstelling. Deze sessies vonden zowel met mensen in de klinische setting (Tolbrug revalidatie Den Bosch) als telefonisch met mensen thuis plaats.

*"Tijdens de interviews te Tolbrug verwonderden we ons over de berusting in hun lot en vertrouwen in de toekomst. Dit in contrast met de ernst en onzekerheid van hun pad en hun toekomst. In de interviews met de mensen die al langer revalideren zagen we de obstakels en onzekerheden waar ze thuis mee geconfronteerd worden en hun omgang daarmee, waar ze achteraf wel degelijk graag hulp en advies hadden gekregen."*

*Creatieve partners*

### Interviews Tolbrug





### 3. Brainstormfase

De brainstormfase heeft een ontwerpuitdaging opgeleverd die we als volgt hebben omschreven:

**Revalidoen - Hoe kunnen wij iets maken dat mensen na een life-event, tijdens en na hun revalidatie, kan ondersteunen en motiveren om:**

- zich te uiten;
- grip te krijgen op het (onzekere) pad dat voor hen ligt - als een mogelijk kompas -;
- op hun manier van betekenis te kunnen zijn (voor en/of met naasten in de maatschappij).



## 4. Ontwerpfase

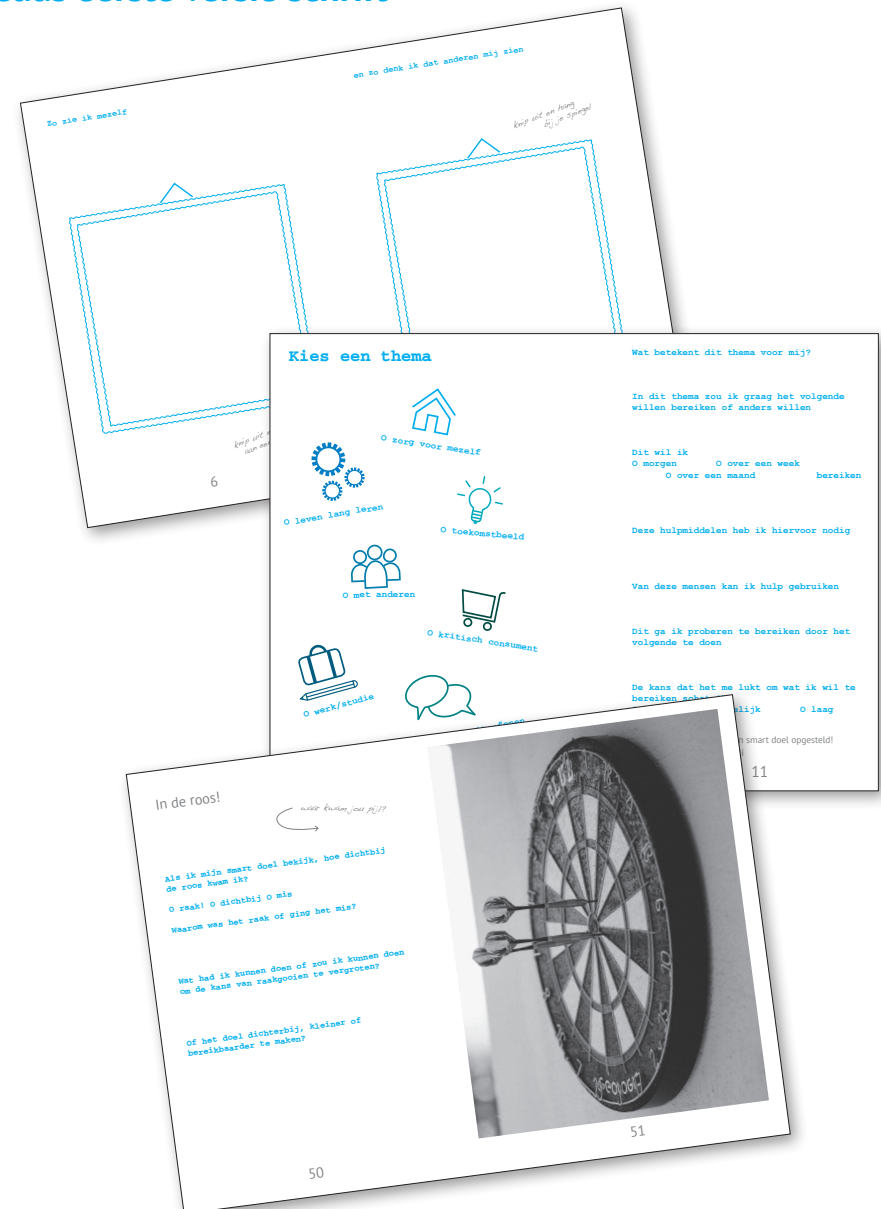
We hebben als team gekozen om na een eerste schets een extra iteratie te doen, om het eerste prototype beter te laten aansluiten bij de ontwerpuitdaging en de doelgroep.

In het ontwerp van het eerste prototype zijn de diverse bevindingen meegenomen:

- In eerste instantie niet digitaal i.v.m. overprikkelen;
- Eenvoudig, alleen noodzakelijke teksten;
- Rustige en overzichtelijke vormgeving, veel lege pagina's;
- Ringband, om het eenvoudig open te laten liggen;
- Gezocht naar een persoonlijke tone-of-voice.

Het resultaat van de ontwerpfase is een schrift dat functioneert als een soort dagboek voor de revalidant met de titel 'zo doe ik het', waarin diverse laagdrempelige uitdagingen zijn opgenomen om te prikkelen en activeren, maar vooral zoveel mogelijk uitnodigend voor eigen invulling.

### Spreads eerste versie schrift





## 5. Eerste testfase prototype

Het eerste prototype van het schrift 'zo doe ik het' hebben we geprint en verspreid onder een testgroep van 15 personen. Het betreft mensen die nog klinisch zijn opgenomen, net ontslagen zijn uit het revalidatiecentrum en mensen voor wie de revalidatie is afgerond. Na een testperiode van 2 weken hebben we de testpersonen telefonisch geïnterviewd over hun bevindingen. De reacties zijn bijna uitsluitend positief. Aanvullend kregen we constructieve feedback, kleine aanvullingen en prachtige aanvullende ideeën.

Ook zijn een aantal professionals in het betrokken revalidatiecentrum (Tolbrug revalidatie) geïnterviewd na de testfase. De feedback uit deze groep heeft ons bevestigd in de ingeslagen weg om een instrument voor de 'revalidant' zelf te ontwikkelen.

Tijdens de eerste testfase is ons duidelijk geworden dat de testpersonen (revalidanten) en de professionals beiden een andere invalshoek op de probleemstelling en daarmee op de doelstelling hebben.

De zorgverlener heeft een aanname over de revalidant(en) en zijn/haar behoeften terwijl de revalidant andere verwachtingen heeft van de zorgverlening. Het boekje 'zo doe ik het' en de interviews aansluitend aan de test maakten dit uitermate zichtbaar. Daarnaast speelde de manier waarop (en door wie) de testpersonen werden uitgenodigd mee te werken aan onze test, of idealiter dit boekje als hulpmiddel te gebruiken, een grote rol. Daar waar het 'zo doe ik het'-schrift een onderdeel van het revalidatieproces was, bleken de betrokken professionals een (te) grote, en vaak remmende, rol te nemen, terwijl juist de behoefte naar eigenheid en eigenaarschap hetgeen is wat gemist wordt door de testpersoon (revalidant) en nagestreefd met het schrift.

De realisatie van de ontwerpuitdaging is daarmee een nog grotere uitdaging dan we aanvankelijk dachten.



### Feedback vanuit de doelgroep

*“Heel leuk, en erg herkenbaar “Dat was echt ideaal geweest toen ik echt bezig was met revalideren toen! Nu heb ik het minder nodig, maar goed en mooi product, inspirerend ook.”*

*“Vragen zetten me aan tot denken, maar ik wil dan graag zo volledig mogelijk antwoord geven. Daar was te weinig ruimte voor tussen de volle pagina's met vragen. Nu ik het zeg denk ik dat ik dat juist op die lege pagina's had kunnen doen, maar dat heb ik dus niet gedaan....”*

*“Erg uitdagend en daarom leuk. Ook de moeite waard voor medepatiënten en lotgenoten.”*

## 6. Tweede ontwikkelfase

### Aanscherpen ontwerpuitdaging

Op basis van de input vanuit de eerste testfase hebben we de ontwerpuitdaging aangescherpt met de volgende uitgangspunten.

Hoe kunnen wij een instrument maken dat mensen na een life-event tijdens en na hun revalidatie:

- zichzelf laat ervaren als mens die invloed heeft op zijn omgeving en sturing geeft aan zijn eigen leven;
- bewust maakt van hun dromen, mogelijkheden, belemmeringen, aannames, verdriet en/of pijn;
- prikkelt om stil te staan;
- nieuwsgierig maakt door perspectief te bieden;
- ondersteunt en motiveert om zich te uiten en (kritisch) naar zichzelf te kijken
- initiatief stimuleert en aanzet tot actie

om daarmee grip te krijgen op het (onzekere) pad dat voor hen ligt - als een mogelijk kompas - om op basis daarvan in actie te komen en op hun eigen manier van betekenis te kunnen zijn (voor/met naasten) in de maatschappij.

Samengevat:

- bewustwording (hier ben ik, dit ervaar ik) +
- prikkeling tot perspectief (dit wil ik) +
- vertrouwen krijgen in jezelf en je eigen doen (dit ga/kan ik doen) +
- prikkeling tot actie (hoe kan ik).

Uit de reacties van de testpersonen is een divers beeld naar voor gekomen. Ieder individu reageert anders op omgevingsfactoren. Wat voor de één stimulerend kan zijn, kan voor een ander nauwelijks reactie uitlokken of zelfs remmend werken. Op maat aansluiten bij ieder individu is daarmee een uitdaging. Wij hebben er bij onze

interventie voor gekozen om veel verschillende mogelijkheden aan te bieden, met de mogelijkheid voor de individuele deelnemer om zelf te kiezen. Ook hebben we ervoor gekozen om de eerste aanmoediging om in actie te komen gematigder te laten zijn dan die verderop in het proces. Dit om ervoor te zorgen dat mensen in ieder geval beginnen.

Deze aanscherping heeft geleid naar een tweede versie van het schrift 'zo doe ik het'.

Tijdens de eerste test werd aangegeven, dat een digitale versie wenselijk was. We wilden hier graag mee experimenteren en hebben in antwoord hierop gekozen om op een eenvoudige, laagdrempelige en directe manier via whatsapp met de doelgroep te communiceren en extra opdrachten aan te bieden. Tijdens de tweede testfase hebben we verkend of we hiermee extra konden prikkelen en/of uitnodigen tot zelfreflectie.



## 7. Tweede testfase

De tweede testfase hebben we gebruikt om te achterhalen wat werkt om mensen “aan” te krijgen?

We wilden duidelijk krijgen welke van onderstaande bestanddelen blijken te werken en welke niet?

- appél op emotie (gematigde en sterke emoties);
- persoonlijk/subjectief (herkenning of zelf een keuze mogen maken);
- laagdrempelig (kansrijk of een brug te ver in uitvoering);
- herkenning;
- betekenisvol (wat heb ik er aan, op korte of lange termijn);
- uitdaging;
- waardering.

Via verschillende netwerken en social media-kanalen hebben we potentiële deelnemers benaderd, hetgeen resulteerde in 50 aanmeldingen vanuit ‘de doelgroep’ voor de tweede testfase. Tot onze verrassing meldden zich daarnaast ook professionals aan voor de test. We hebben hen geïnformeerd over de bedoeling van het schrift en hen uitgesloten van deelname. Tegelijk hebben we toegezegd hen te informeren zodra het project is afgerond.

Alle 50 testpersonen ontvingen per post de tweede versie van het schrift ‘zo doe ik het’ (60 pagina’s) thuis. In aanvulling daarop ontvingen de testpersonen via whatsapp twee weken lang om de dag een aanvullend bericht.

### Uitkomsten tweede testfase

Na afloop van de tweede testfase van twee weken hebben we alle testpersonen een questionnaire met vragen toegestuurd. Slechts 50% van de testpersonen heeft deze questionnaire ingevuld. Navraag maakte duidelijk dat dit te wijten was aan de timing van de tweede testfase. Deze viel tijdens de kerstdagen en de coronasituatie maakte dat mensen wat overbelast waren en minder ruimte voelden om deel te

nemen. Daarnaast kregen we als feedback dat meerdere testpersonen de duur van de testfase (2 weken) erg kort vonden.

Het lezen van andermans quotes bleek een erg gewaardeerd aspect van het schrift. Het sociale aspect van verschillende oefeningen zoals het invullen samen met anderen of het resultaten delen, is in zeer geringe mate gedaan. Maar ook hier speelde de (lastige) timing een rol.

Toch was iedereen vooral enthousiast over het initiatief en speet hen de gebrek-kige deelname.

### Feedback vanuit de doelgroep

*“Het was heel open en toegankelijk”*

*“Het is een creatieve en andere manier van reflectie”*

*“Het schrift is kinderachtig”*

*“Ik werd me ervan bewust dat ik niet de enige ben”*

*“Zeker voor anderen geschikt”*

*“Het is niet het juiste moment voor mij”*

*“Mooi, een boekje dat je gebruiken kunt op jouw manier. In je eigen volgorde.*

*Ook de appberichten die je aan het denken zetten vind ik fijn”*

*“Ik vond het fijn dat de insteek is dat er gekeken wordt naar wat er nog wel is”*

*“Deze oefening is voor mij nu ‘té moeilijk”*

*“Vragen welke niet elke dag gesteld worden, zo ga je dieper nadenken over dingen”*

*“De positieve benadering en elementen zoals complimenten en quotes in het boekje spraken me aan”*

*“Het is fijn om je gevoelens en frustraties aan het papier kwijt te kunnen.”*

De samenstelling, de individuele situatie en mogelijkheden van de testpersonen was heel divers.

De laagdrempelige en toegankelijke opzet van de oefeningen en opdrachten maakte dat het schrift niet bij iedereen aansloot. Naast veel positieve reacties en enthousiasme was een meer dan eens gehoorde klacht van gebruikers ook dat:

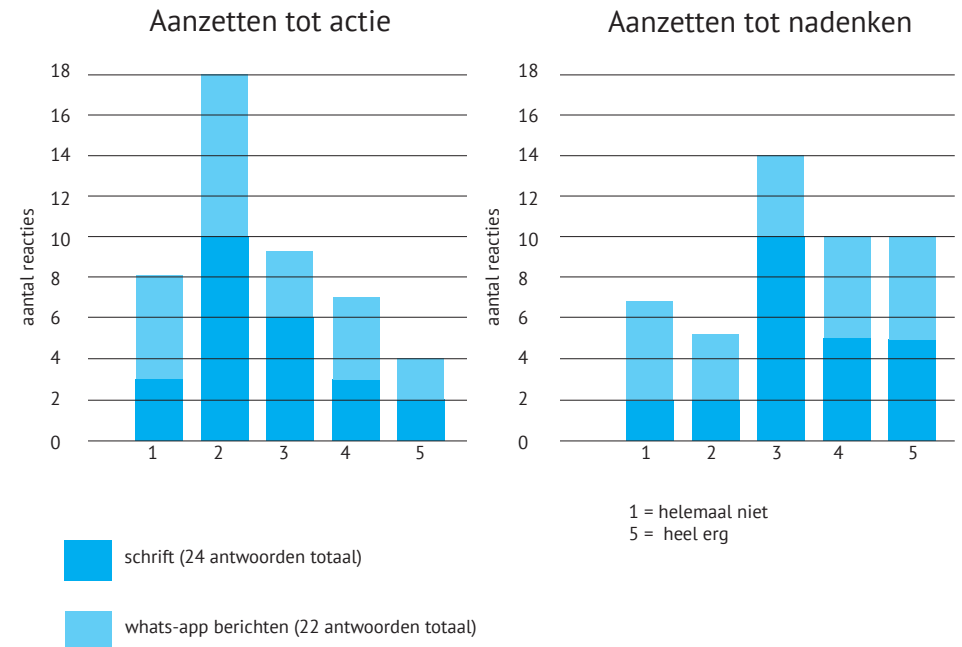
- ‘het schrift te kinderachtig was’
- ‘het niet het juiste moment voor mij was’
- ‘het schrift zeker voor anderen geschikt is’
- ‘als ik het tijdens mijn revalidatie had gehad...’
- ‘deze oefening voor mij nu ‘té moeilijk is’

Concluderend kunnen we stellen dat het ontwikkelde instrument voor een aanzienlijk deel van de doelgroep (mensen met een niet aangeboren beperking, tijdens of na hun revalidatie) voorziet in het nastreven van een groot deel van de doelstelling (bewustwording, prikkeling tot perspectief, vertrouwen krijgen in jezelf en je eigen doen). Alleen het prikkelen tot actie is binnen de context van dit project, met een testfase van 2 weken minder goed gelukt.

Tegelijkertijd is duidelijk geworden dat de manier waarop het instrument wordt aangeboden aan de gebruiker, het moment waarop, door wie en hoe, van groot belang is om de gebruiker optimaal te laten profiteren van de handreikingen die het instrument biedt en daarmee eigenaarschap van de gebruiker tijdens zijn of haar traject te bevorderen.

De oefeningen adaptief, over een langere periode en/of in samenspel met een (formele of informele) professional aanbieden zou een mooi vervolg kunnen bieden om het instrument geschikt te laten zijn voor meer mensen uit de doelgroep en voor een groter en duurzamer effect.

## Enkele resultaten uit de test



## 8. Definitieve bouw instrument

### Het schrift

In zijn huidige vorm is het schrift geschikt voor een groot deel van de doelgroep en aanpassingen zullen hooguit leiden tot een verschuiving binnen de doelgroep en niet tot een verbreding. Dit omdat het schrift in een papierenversie slechts in een beperkte mate van adaptief is. Op basis van de evaluatie hebben we besloten het schrift 'zo doe ik het' in zijn huidige vorm beschikbaar te stellen.

Om de keuze van de opdrachten meer 'costum made' te maken, hebben we ervoor gekozen om deze 'op te knippen'. Ook het tijdsaspect van een heel schrift doorlopen wilden we inkorten en naar een mogelijkheid zoeken om de opdrachten gefaseerd aan te bieden.

Dit heeft tot twee nieuwe instrumenten geleid:

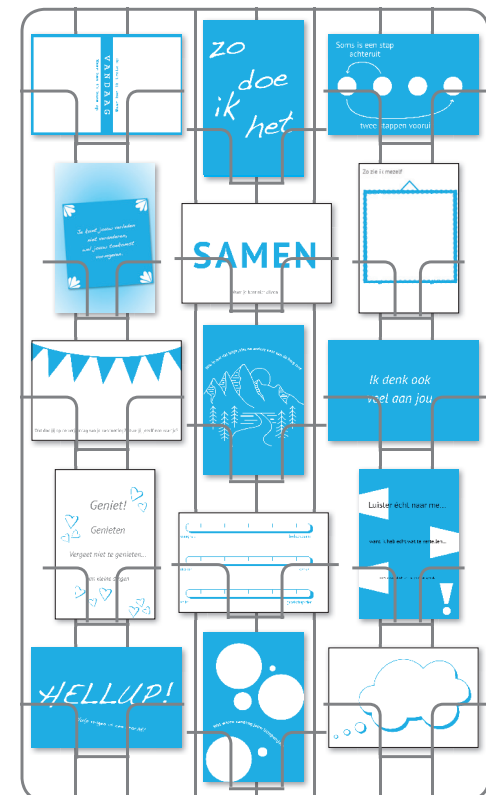
### 1. Ansichtkaarten

Het idee is ontwikkeld om de opdrachten uit het schrift, en afgeleiden daarvan los – als ansichtkaarten – aan te bieden in revalidatiecentra en op andere locaties waar de doelgroep komt of tijdelijk verblijft.

Dit is tevens een laagdrempelige manier om met de opdrachten in contact te komen. Je hoeft niet na te denken waar het schrift is gebleven. Bovendien kan op deze manier een losse kaart bewaard, opgehangen, verstuurd worden of ergens blijven rondslingeren.

Het voordeel hiervan is dat we met deze vorm van aanbieden van de eyeopeners, oefeningen en opdrachten uit het schrift een adaptieve variant gevonden hebben. Iemand kiest de kaart(en) die hem of haar aanspreken en hoeft niets met de kaarten die dat niet doen.

Om een keuze te maken welke eyeopeners, oefeningen en opdrachten we op ansichtkaart wilden uitbrengen hebben we na de tweede testfase nog een co-creatie-sessie georganiseerd met 10 mensen uit de doelgroep. Met de opbrengst van deze





sessie hebben we vijftien Ansichtkaarten ontworpen en laten drukken. Tegelijkertijd verwijzen we op de Ansichtkaarten naar het schrift 'zo doe ik het' om geïnteresseerden de mogelijkheid aan te reiken het schrift in zijn volle omvang aan te schaffen.

## 2. Magazine katern

Om een bredere doelgroep te bereiken hebben we in aanvulling op het schrift en de Ansichtkaarten een magazine-katern 'zo doe ik het' ontwikkeld. Via deze weg en vorm verwachten we de doelgroep rechtstreeks te bereiken en laagdrempelig kennis te laten maken met oefeningen en opdrachten zoals gebruikt in het schrift 'zo doe ik het'. Daarbij specificeren we de oefeningen op de doelgroep van het tijdschrift en zetten we optimaal in op de werkzame bestanddelen zoals weergegeven in bijlage (pagina 20). Tegelijkertijd verwijzen we in het katern naar het schrift 'zo doe ik het' om geïnteresseerden de mogelijkheid aan te reiken het schrift in zijn volle omvang aan te schaffen.

## Diverse bladen voor de doelgroep



## Eerste schetsen voor de magazines



## 9 Implementatiefase

Ten gevolge van de COVID-19 situatie heeft het project, maar ook de implementatie een andere wending gekregen dan verwacht. Doordat HandicapNL inkomsten is misgelopen hebben zij, tegen de verwachting in, geen bijdrage kunnen leveren ter ondersteuning van de implementatie. In reactie hierop hebben alle projectpartners extra eigen investering toegezegd. Dit betekent dat het projectteam vanuit een gezamenlijke (aanvullende) investering vorm heeft gegeven en de komende zes maanden nog gaat geven aan de implementatie op de hieronder beschreven manier.

De laatste fase van het project is gebruikt om de drie producten die dit project heeft opgeleverd duurzaam beschikbaar te stellen. We hebben daarbij gezamenlijk gezocht naar creatieve manieren om zo min mogelijk extra onkosten te maken. De stichting beschikt namelijk niet over eigen middelen om de extra gemaakte kosten op te vangen.

### Schrift 'zo doe ik het'

Voor het schrift hebben we een online plek te gecreëerd, waar mensen het schrift 'zo doe ik het' tot 1 augustus 2021 tegen verzendkosten en daarna tegen kostprijs en verzendkosten kunnen bestellen.

<https://www.rehabacademy.nl/zo-doe-ik-het/>.

Rehab Academy gaat de verwerking hiervan voor haar rekening nemen.



Daarnaast is het 'zo doe ik het' - schrift opgenomen in de lopende subsidieaanvraag door Stichting Revalideren is leren bij HandicapNL. Het betreft een driejarig opschalingsplan 'sociale innovatie in de revalidatie' ter ondersteuning van de ambities van het Public Private Partnership Empower (<https://www.revaliderenislernen.nl/empower/>). Het schrift is daarin één van de instrumenten die ingezet zal gaan wor-

den om revalidatiecentra te ondersteunen bij hun sociale transitie om revalidanten al tijdens hun revalidatie duurzaam toe te rusten (bewustwording, prikkeling tot perspectief, vertrouwen krijgen in jezelf en je eigen doen, prikkeling tot actie) om optimaal meedoen in de maatschappij.

### Ansichtkaarten 'zo doe ik het'

Voor het verspreiden van de Ansichtkaarten bieden we tien revalidatiecentra een kaartenrek gevuld met de vijftien verschillende Ansichtkaarten aan. Vijf gevulde kaartenrekken gaan op Hersenz locaties geplaatst worden. Ook krijgen 30 casemanagers hersenletsel een set Ansichtkaarten om in te zetten bij hun gespecialiseerde cliëntondersteuning. Rehab Academy en Breindok nemen de afstemming met de centra en de casemanagers, en de follow-up voor hun rekening.

Doordat zij warme relaties onderhouden met deze centra en professionals worden de kaartenrekken 'warm' overgedragen en zijn er afspraken gemaakt om het effect van het kaartenrek met de Ansichtkaarten na een half jaar (januari 2022) te evalueren. Op basis van deze evaluatie zullen de kaartenrekken aangevuld worden of doorgegeven aan andere centra.

Daarnaast kunnen de Ansichtkaarten als set tegen kostprijs en verzendkosten besteld worden via <https://www.rehabacademy.nl/zo-doe-ik-het/>.

Rehab Academy neemt de verwerking hiervan voor haar rekening.

Vanaf deze website zijn de Ansichtkaarten ook digitaal te delen via social media en mail.

### Magazine-katern 'zo doe ik het'

Met verschillende tijdschriften is contact opgenomen met het aanbod om een 'zo doe ik het' - katern met "brokjes" opdrachten voor het blad aan te leveren. Daarbij wordt het katern op maat op de doelgroep van het tijdschrift afgestemd gedu-

rende een vooraf afgesproken periode, met de bedoeling dat de redactie na deze 'ondersteuningsperiode' het 'zo doe ik het'-katern zelf kan vullen en voortzetten. Lezers van deze tijdschriften zullen worden uitgenodigd hierin te participeren en gevraagd worden hun eigen 'zo doe ik het' bijdrage of ervaringen aan de betreffende redacties toe te sturen. Dit alles is erop gericht dat het 'zo doe ik het'-katern uiteindelijk zelfstandig blijft voortbestaan, los van dit ontwikkelproject en de daarbij betrokken projectpartners.

StudioHB heeft toegezegd gedurende de vooraf afgesproken proefperiode het katern te blijven verzorgen, inclusief content in afstemming met de andere projectpartners.

Tot nu toe zijn er concrete afspraken gemaakt met de volgende magazines:

- **Korter maar Krachtig** - het tijdschrift van dé landelijke vereniging voor mensen met een amputatie en/of aangeboren reductie van een ledemaat.

De eerste versie van het 'zo doe ik het' katern is in het nummer van juni 2021 verschenen en met veel enthousiasme door de redactie ontvangen. Het 'zo doe ik het' katern zal in ieder geval in de komende drie nummers verschijnen met ondersteuning van StudioHB.

- **Support Magazine** - het tijdschrift over leven, wonen en werken voor mensen met een handicap en lichamelijke beperking.

De redactie van Support Magazine is enthousiast over het project. Ze zijn geïnteresseerd in het katern, maar ook in het aanbieden van het 'zo doe ik het' schrift en de ansichtkaarten aan hun lezers. Welke vorm het precies gaat krijgen zal in de loop van de zomer duidelijk worden.

- **Hersenletsel.nl** - dé vereniging voor patiënten met niet-aangeboren hersenletsel en hun naasten.

De hoofdredacteur van Hersenletsel.nl is erg enthousiast over het 'zo doe ik het' katern en is van plan om het te gaan opnemen in de editie van september 2021. Zij gaat het bespreken met de redactie tijdens de komende redactievergadering.

## Algemeen

Via mailing en sociale media zullen alle betrokkenen (inclusief de geïnteresseerde professionals) en overige geïnteresseerden binnen en buiten de revalidatie geïnformeerd worden over de uitkomsten en opbrengsten van dit project.

## Eerste spread voor het blad Kort&Krachtig!

**zo doe ik het**

**Ja, hoe doe jij dat?**  
In deze kleine rubriek willen we je uitdagen, inspireren, vragen stellen en opdrachten geven. Alleen al de samenwerking aan in beweging te komen. Letterlijk of figuurlijk.

We weten namelijk dat door in beweging te komen, je meer wilt bereiken, krijgt in jezelf en daardoor beter sturing kunt geven aan je eigen leven. Dit is een leuke uitdaging! We verwachten dat je jezelf en meer leerd kennen op je omgeving.

**Hoe gebruik je 'zo doe ik het'?**  
Plaak een pen, potlood of een klein knipmes en ga aan de slag.  
Als je er niet mee aan toekomt, knip de pagina's uit.

en ben een goed moment voor jezelf. Bewaar de pagina, dat hem met je omgeving of hang hem boven je bed.

Elke keer vind je ook een tip in de vorm van een video, boek, podcast of artikel. Dit geeft je meer achtergrondinformatie over de uitdaging.

**Meer weten?**  
...of wil je meer van dit soort opdrachten?  
Scan de QR-code. Op deze website vind je meer informatie over 'zo doe ik het'.

**Ik ben een**

waaghals voorzichtig

doener denkter

solist met anderen

**Dit ben ik**

mijn droom

mijn motto

mijn talenten

mijn nachmerrie

**“ Binnenkort een afspraak bij je prothesemaker? Schrijf alvast vijf toppunten en vijf verbeterpunten op voor je (nieuwe) prothese. ”**

Ronald Hertog - ingezet wereldkampioen 200meter para-athletiek, prothesemaker en coach bij Rehab Academy

juni 2021

## Evaluatie conclusies en aanbevelingen

### Samenwerking projectpartners

Vanaf minuut één kende het project een positieve energie en dynamiek. Er was (en is nog steeds) een grote mate van betrokkenheid van alle partners bij het thema en de probleemstelling. De drive om een goede en effectief instrument op te leveren was bij allen expliciet aanwezig.

Aangezien de projectpartners allen een eigen en complementair perspectief meebrachten, hadden de project overleggen een hoog energie- en verdiepingsgehalte. Er vonden scherpe discussies plaats om tot de kern van het probleem en de oplossing te komen. Daardoor ontstond een creatieve dynamiek, waarbij de 'bal' (het instrument) rondging tussen de partners en zo ook het eigenaarschap telkens opnieuw versprong en verdieping heeft gekregen.

Dit proces heeft veel tijd gekost, maar wordt door alle betrokkenen als zeer waardevol, verrijkend en noodzakelijk ervaren. Het probleem is complex en de oplossing idem dito. Anders zou er al lang een instrument zijn om de probleemstelling te tackelen en de overgang van de revalidatie terug naar huis/de maatschappij beter te stroomlijnen.

De inbreng van de creatieve partners heeft verfrissende invalshoeken geboden. Ook de ervaring met complexe ontwikkelprocessen van de creatieve partners was voelbaar en van toegevoegde waarde om de inhoud te vertalen naar een effectief en aantrekkelijk instrument. Er werd in alle discussies veel van elkaar geleerd, inzichten die iedere projectpartner meeneemt uit dit project.

Quotes van de partners over het project en de potentie van de opbrengst:

Hannie: *"In samenwerking met de doelgroep en met de kennis en ervaring van het team hebben we twee instrumenten uitgewerkt. Er ligt nu een caleidoscoop aan vervolgideeën om door en met de doelgroep op te pakken en vorm te geven."*

*In dit multidisciplinaire team heb ik meer ervaring opgedaan in het optimaliseren van het proces van: verwachtingen afstemmen, betrokkenheid vasthouden, rollen wisselen, elkaars taal begrijpen, impact genereren."*

Coen: *"Een zeer divers, multidisciplinair team waarbij één waarde door iedereen gedragen werd: "We weten met en voor wie dit doen!" Dan zijn de uitkomsten; Goede producten, stevige implementatie, nóg meer vervolgmogelijkheden en voor mij persoonlijk een leerzame exercitie."*

Judith: *"Ik wil iets maken waar mensen echt wat aan hebben. We zijn op weg, maar we zijn er nog niet. Ik zou graag verder willen, mét gebruikers van het schrift, om te kijken wat voor hen werkt. De vorm is daarbij de sleutel."*

Ellis: *"Een geschikte oplossing bedenken is één, maar die OP het juiste moment IN de juiste vorm VOOR de juiste persoon ALS meest juiste manier zien aan te reiken voor 'n optimaal effect, is niet niks, maar we zijn goed op weg om ook de juiste kanalen en betrokkenen erbij te betrekken."*

Inge: *"De samenstelling van het projectteam (divers en complementair) is heel krachtig gebleken om samen met de doelgroep expliciet boven tafel te krijgen op welke manier het probleem complex is. Tegelijk is het een utopie gebleken om met één instrument de hele doelgroep op weg te kunnen helpen. Het probleem vraagt hoe dan ook om adaptief maatwerk. Om een structurele en duurzame oplossing te vinden voor het maatschappelijke probleem, dat we willen aanpakken, is een vervolg nodig. Niet in de vorm van een lineair project of één product, maar in de vorm van een disruptieve beweging samen met de doelgroep die meerdere elementen en wegen omvat."*

## Samenwerking doelgroep

Gedurende het hele project hebben we meerdere mensen uit de doelgroep betrokken bij het project. Alle betrokkenen wilden graag meedenken en meedoen en voelden zich betrokken bij de ontwikkeling van het instrument. Dit was een belangrijk onderdeel van ons co-creatie proces.

De input en feedback van de doelgroep op het ontwikkelproces hielp bij het verfijnen van de doelstelling en oplossing. De feedback op de testfase heeft ertoe bijgedragen dat we een beter beeld hebben van wat werkt en wat niet om onze doelstelling te bereiken. Tegelijkertijd is helder geworden hoe complex het is om voor de gehele doelgroep een instrument te ontwikkelen, die iedereen aanspreekt en op maat bediend. Een zeer waardevolle conclusie van dit project.

Daaruit blijkt hoe belangrijk het is om tijdens de verschillende fases van dit co-creatie proces de doelgroep te betrekken. Doordat een deel van de doelgroep ook persoonlijke betrokkenheid voelde bij het slagen van het project zijn zij ambassadeur geworden van de opbrengst.

We willen Ronald, Albert, Astrid, Carla, Cheriëtte, Christa, Cor, Cynthia, Anke, Edwin, Ellen, Erik, Eveline, Gaëlla, Gerda, Gert, Gilian, Grietje, Han, Hanneke, Cor, Inge, Ingeborg, John, Joselien, Debbie, Karin, Harmen, Lizeth, Latifa, Liza, Marcel, Marchel, Marco, Marja, Melanie, Michelle, Mieke, Meinder, Sylvan, Monique, Susanne, Paul, Pinar, Rene, Rie, Rolf, Roy, Roelet, Jacqueline, Sidney, Tonnie, Trientje, Yvette, Wout, Monique, Stephanie, Henk, Femke en Claudia hartelijk danken voor hun tijd en waardevolle bijdrage aan dit proces.

## Onvoorziene omstandigheden

De COVID-19 situatie en maatregelen hebben ervoor gezorgd dat zowel de afstemming met elkaar als projectteam, maar ook de afstemming met de overige betrokkenen uit de doelgroep vooral online en telefonisch heeft plaatsgevonden. Fysieke bijeenkomsten, zoals in het oorspronkelijke plan opgenomen hebben niet kunnen doorgaan.

De nauwe banden met het betrokken revalidatiecentrum Tolbrug hebben ertoe geleid dat we uiteindelijk toch ook live mensen in de klinische fase hebben kunnen betrekken bij het project.

Ook het creatieve proces met de projectgroep hebben we voor het grootste deel online mogen ontdekken: Een extra uitdaging. Dankzij de creativiteit binnen het projectteam hebben we alternatieven gevonden om cruciale input vanuit met name de doelgroep te kunnen verzamelen tijdens de inventarisatie-, de beide test- en de evaluatiefase.

Daarnaast was het missen van implementatiegelden een flinke tegenvaller en is de implementatie anders verlopen dan vooraf bedacht.

## Aanbevelingen en aanvullende ideeën

Op basis van de feedback uit de doelgroep en de evaluatie van het projectteam willen we de volgende aanbevelingen voor het voetlicht brengen voor een vervolg:

- (digitale) mogelijkheden onderzoeken, naast de betrokken tijdschriften, van meer interactie tussen gebruikers en het delen van verhalen als gewaardeerde elementen uit het schrift;
- mogelijkheden van verder opschalen verkennen;
- het vinden van middelen en partners om meer bereik/draagvlak en duurzaamheid te bewerkstelligen, o.a. op basis van de ervaringen met de magazines;
- inpassen en aanvullen van de werkzame bestanddelen (zie uitleg op pag 19 en pag 20) in andere projecten gericht op meer meedoen;
- publicaties over ‘the making of’, en het resultaat van ‘zo doe ik het’ in diverse media (aandacht);
- het ‘zo doe ik het’-schrift in papieren vorm bij bepaalde gelegenheden cadeau doen aan de doelgroep;
- het “samen doen aspect” uit het schrift verder onderzoeken, zowel met een naaste of met andere ervaringsdeskundigen.

### **Werkzame bestanddelen (zie ook figuur op pagina 20)**

Omdat een instrument op zichzelf niets doet, maar faciliterend en stimulerend mag werken, hebben we een aantal richtinggevende leerprincipes die over menselijk gedrag gaan gebruikt bij het selecteren van kansrijke “facilitators”. Deze principes hebben een nauwe onderlinge samenhang. We hebben ze dus niet gebruikt als afzonderlijke eenheden, maar bij iedere gekozen “actie”, “methodiek” of “onderwerp” rekening gehouden met zo veel mogelijk van deze principes. Dit overzicht kan gezien worden als een instrument om de relatie tussen principe/tool/actie te visualiseren voor toekomstige projecten op dit gebied. Welke vorm bij welk principe het beste werkt en hoe het een het andere verstrekt om in actie te komen.

Kortom: Hoe meer je recht kunt doen aan meerdere van deze principes, hoe groter de kans dat de gekozen werkvorm effectief is.

### **Afspraken**

Het projectteam heeft afgesproken de komende zes maanden de taken, zoals verdeeld op eigen conto op te volgen. Over zes maanden (januari 2022) komen we opnieuw bijeen om de opbrengst van de geïmplementeerde ‘zo doe ik het’-instrumenten te evalueren inclusief de ervaringen van het betrokken netwerk van mensen met een beperking, redacties en professionals.

### **Tot slot**

Rest ons iedereen die een bijdrage heeft geleverd enorm te bedanken voor de medewerking aan het tot stand komen en uitrollen van ‘zo doe ik het’.

We hopen dat de ontwikkelde elementen hun weg zullen vinden en dat het smaakt naar meer, zodat we middelen kunnen vinden om ‘zo doe ik het’ tot een volwassen beweging te brengen. Uitgangspunten daarbij is dat de gebruikers structureel invloed hebben op het levend houden en inhoud geven aan deze vorm van bewustwording. Alleen dan kunnen we met en van elkaar leren en gezamenlijk ontdekken

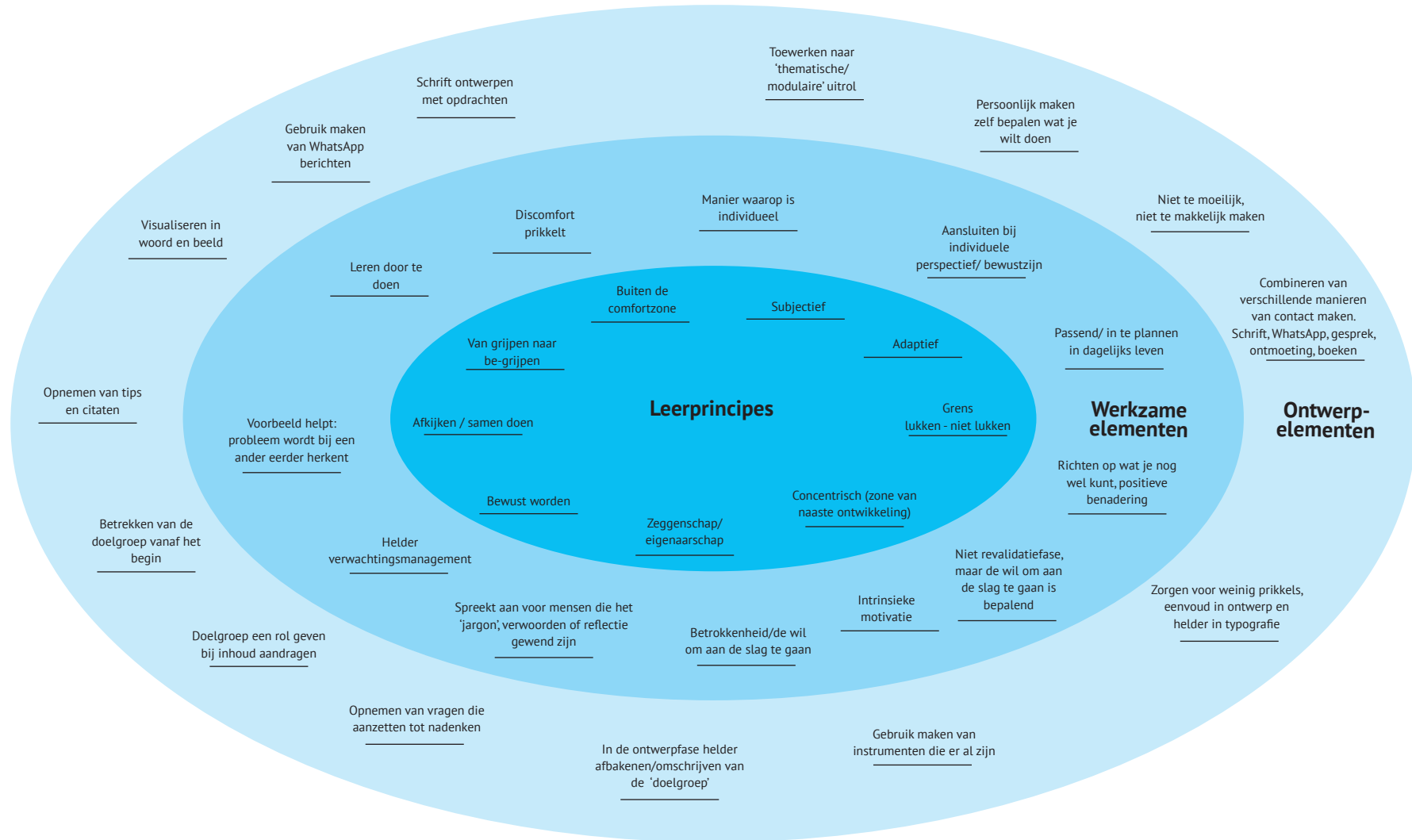
welke mogelijkheden en kansen er voor eenieder zijn om optimaal mee te doen, ondanks of dankzij een beperking.

### **Wil je op de hoogte blijven?**

Stuur een mail naar: [info@revaliderenisleren.nl](mailto:info@revaliderenisleren.nl)



# Werkzame bestanddelen



Waar  
droom

Jij  
van?