

[Wat](#)[Waarom](#)[Wie](#)[Hoe](#)[Literatuur](#)[Bijlagen](#)

KUNST

op recept



De Handreiking



Inleiding

In 2016 startte in Nieuwegein de pilot van Kunst op Recept, waarbij mensen met psychosomatische klachten speciaal ontwikkelde culturele activiteiten krijgen aangeboden.

Hoe is deze handreiking tot stand gekomen?

De pilot had tot doel om te onderzoeken welke kunstinterventies effectief zijn bij psychosomatische klachten. Doel van Kunst op Recept was om bij de deelnemers hun mentale veerkracht en gevoel van welbevinden te vergroten, zingeving een nieuwe impuls te geven en hiermee de algehele kwaliteit van leven te verbeteren. In de periode van 2016-2019 zijn 31 kunstzinnige interventies ontwikkeld. Hiervan zijn er 20 uitgevoerd met 93 cliënten zowel in groepsactiviteiten als in individuele begeleiding. Alle interventies zijn beschreven. Tijdens de pilotfase is onderzocht op welke wijze Kunst op Recept het meest effectief kan worden gerealiseerd. Het LKCA heeft de samenwerking tussen alle betrokken partners in de project- en stuurgroep gemonitord. De effecten van de interventies op de deelnemers zijn onderzocht door het Verwey-Jonker Instituut.

De basis van deze handreiking wordt gevormd door:

- onderzoek door het Verwey-Jonker Instituut en het LKCA
- ervaringen en evaluaties van alle betrokkenen

In deze handreiking vind je antwoord op de vragen:

- **WAT** is Kunst op Recept?
- **WAAROM** is Kunst op Recept ontwikkeld? Wat zijn theoretische pijlers van Kunst op Recept?
- **WIE?** Voor welke doelgroepen is Kunst op Recept?
- En wie kunnen het project opzetten?
- **HOE** kun je Kunst op Recept opzetten?

De quotes zijn van de deelnemers aan de culturele interventies.

Informatie uit de pilot van Kunst op Recept in Nieuwegein is gemarkeerd met:



Wat is Kunst op Recept?

Omschrijving →

Doel →

Organisatie →

Inhoud →



'HET IS EEN
GEZONDE MANIER
OM IETS TE
SLIKKEN ZONDER
BIJWERKINGEN.'

Omschrijving

Bij Kunst op Recept krijgen mensen met fysieke of geestelijke klachten van psychosociale aard (psychosomatische klachten) speciaal ontwikkelde culturele activiteiten (culturele interventies) aangeboden. Uitgangspunt is dat deelnemers zich hierdoor beter gaan voelen en dat deelname aan deze activiteiten de terugkeer van deze klachten kan voorkomen.



Doel

- Kunst op Recept is een culturele interventie die je inzet om mensen die niet lekker in hun vel zitten weer een positieve prikkel te geven.
- Kunst op Recept wil een *mentaal* proces in gang zetten waardoor iemand uiteindelijk meer de regie neemt over het eigen leven, en daardoor meer zelfvertrouwen en meer veerkracht ontwikkelt.
- Kunst op Recept is geen therapie en heeft geen genezend doel.

Organisatie

- Kunst op Recept is een samenwerking tussen partners uit cultuur, zorg en welzijn.
- Bij Kunst op Recept is sprake van een cyclus van doorverwijzen en terugkoppelen.
- Eerstelijns zorgprofessionals (zoals huisartsen, praktijkondersteuners, eerstelijns psychologen, fysiotherapeuten) of welzijnsprofessionals verwijzen mensen door.
- Professionele kunstenaars en/of kunstvakdocenten ontwikkelen en begeleiden de culturele interventies.

Inhoud

- Een culturele interventie kan actief zijn (bijvoorbeeld zelf muziek maken of schilderen) of receptief (concert-, theater- of museumbezoek).
- Reflectie maakt altijd deel uit van de interventie.
- Alle kunstdisciplines zijn geschikt voor culturele interventies.
- De interventies zijn speciaal voor de doelgroep ontwikkeld en spelen in op de persoonlijke situatie van de deelnemer.
- De interventies hebben een kunstinhoudelijk doel en plan, maar een losse, flexibele structuur tijdens de uitvoering
- De interventies hebben een duidelijk begin en einde. Na afloop kan een deelnemer meedoen aan reguliere kunstprogramma's en/of lessen.
- De interventies vinden plaats met een bepaalde regelmaat binnen een bepaalde periode.
- Kunst op Recept is een aanvulling op andere 'Op Recept'-arrangementen zoals Welzijn op Recept (vrijwilligerswerk) of Bewegen op Recept (sport).

Bekijk [hier](#) de succesfactoren van culturele interventies →



Waarom Kunst op Recept?

De achtergrond →

Het bijzondere van kunst en cultuur →

De theoretische pijlers →

Maatschappelijke relevantie →



'HET GEEFT EEN BLIJVEND GOED GEVOEL ALS
JE TROTS BENT OP WAT JE HEBT GEMAAKT.'

De achtergrond

Het doel van Kunst op Recept is om binnen korte tijd positief gevoel en gedrag te stimuleren bij mensen met psychosomatische klachten. De culturele interventies moeten bij hen 'iets in gang zetten' waar zij op langere termijn profijt van hebben. Achter Kunst op Recept schuilt de overtuiging dat deelname aan of reflecteren op kunst bijdraagt aan het welbevinden en mogelijk ook aan het verminderen van die klachten. Deze insteek sluit aan bij een brede maatschappelijke ontwikkeling waarbij betekenisvolle interventies worden aangeboden om een gezonde leefstijl te bevorderen, de veerkracht en mentale weerbaarheid te verhogen en (onnodig) zorggebruik te verlagen.

Deze aannames komen niet uit de lucht vallen. In 2011 werd in Nieuwegein Welzijn op Recept geïntroduceerd met als doel 'het welbevinden van burgers met psychosociale problemen te vergroten door deelname aan welzijnsinterventies. Een secundair doel is de bewustwording bij eerstelijns-professionals van een welzijnsaanbod om onterecht verwijzen naar medische- of psychologische zorg te voorkomen wanneer deze niet geïndiceerd is.' ([Handleiding Welzijn op Recept](#), 2014, 8).

Ervaringen met projecten als Welzijn op Recept vormen een belangrijke pijler. Daarnaast zijn in de literatuur voldoende aanwijzingen dat kunstinterventies psychologische problemen helpen verminderen of algemeen welzijn en gezondheid helpen versterken.



Het bijzondere van kunst en cultuur

Waarom is het aantrekkelijk om kunst in te zetten in het domein van zorg en welzijn?

- Kunst doet een appel op je creativiteit, je fantasie en je verbeeldingsvermogen.
- Actief, receptief of reflectief: met kunst kan het allemaal.
- Met kunst laat je zien wat je in huis hebt, het gaat over wat je kunt, niet over je onvermogen.

- Je kunt alleen iets met kunst doen of in een groep.
- Kunst geeft weer zin aan het leven: je kunt er iets in kwijt, het is leuk en inspirerend om te doen.
- Kunst laat je op een andere manier naar jezelf en het leven kijken.
- Schoonheidsbeleving en confrontatie: beide kanten zijn wezenlijk voor kunst.
- Het aanbod is groot, er is voor elk wat wils: muziek, dans, theater, schrijven, tekenen, schilderen, boetseren, enzovoort.

Waarom Kunst op Recept? Het perspectief van de medicus.
Erik Asbreuk, huisarts EMC Nieuwegein

In Nieuwegein, de bakermat van Welzijn Op Recept en Kunst op Recept, is veel aandacht voor positieve gezondheid. In 2011 formuleerde Machteld Huber een nieuwe definitie van gezondheid: *Gezondheid is het vermogen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven.* Jan Auke Walburg voegde daar in 2014 aan toe: met als doel duurzame groei en ontwikkeling. In deze definitie staat niet de ziekte of het onvermogen centraal, maar juist de manier van omgang met de uitdagingen van het leven. Daarnaast focust deze definitie sterk op de eigen regie van mensen.

De onderlegger van deze nieuwe gezondheidsdefinitie is de positieve psychologie. Positieve psychologie is de wetenschap

van optimaal functioneren en welbevinden. Grondlegger Martin Seligman omschreef het in 2000 als volgt: 'positieve psychologie richt zich op de vraag wat de mechanismen en processen zijn van optimaal functioneren van individuen, relaties en samenlevingen in plaats van alleen focussen op de mechanismen van disfunctioneren.'

Kunst op Recept is een vertaling van deze theorie naar de praktijk. Kunst wekt een positieve emotie op. Deze positieve emotie kan een bijdrage leveren aan het verbeteren van het welbevinden van cliënten. Daarbij is het belangrijk op te merken dat de interventie geen therapie is. Het is genoeg een positieve emotie op te wekken. En precies dat kan mensen net dat zetje geven, houvast geven. De mindset geven om ook op andere terreinen dan de kunst net dat stapje extra te zetten, het vertrouwen te krijgen, het leven weer op te pakken. In die zin is Kunst Op Recept een welkome aanvulling in het 'op recept'-model.

N



De theoretische pijlers

Social prescribing

In het Verenigd Koninkrijk bestaat al langer een variant van Welzijn op Recept: *social prescribing*. De (eerstelijns)zorg verwijst door naar creatieve-, scholings- of bewegingsactiviteiten om herstel en veerkracht bij patiënten te bevorderen. Het gaat dan om mensen die geen medische behoefte hebben, maar die wel wat kunnen hebben aan activiteiten of ondersteuning. De meest voorkomende route is de huisarts die doorverwijst naar een welzijnscoach, die op zijn beurt de client verbindt aan een passende activiteit.

Positieve psychologie

Positieve psychologie is de wetenschap van optimaal functioneren en welbevinden. Onderzoek laat zien dat positieve emoties mede kunnen leiden tot beter functioneren. Positieve psychologie kan als kader dienen om interventies te ontwikkelen die het welbevinden en de veerkracht van mensen kunnen verhogen (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Het gaat hierbij dus om interventies die een positief gevoel, gedrag of cognities stimuleren. Denk bijvoorbeeld aan het herkennen en gebruiken van je sterke punten en het ondernemen van activiteiten met anderen (Sinnema, H. et al, 2014). Walsh (2011) betoogt dat therapeutische leefstijlaanpassingen soms net zo effectief kunnen zijn als psychotherapeutische interventies en farmaceutische interventies (Handleiding Welzijn op Recept 2014,9).

Barbara Frederickson werkte dit verder uit in de *Broaden and Build Theory* (Frederickson 2001, 2013). De kern hiervan is: positieve emoties verbreden aandacht, cognitie en handelen – ze verbreden iemands horizon (*broaden effect*). Hierdoor bouwt iemand fysieke, cognitieve en sociale hulpbronnen op (*build effect*).

Duurzaam geluk en mentaal vermogen

Een andere inspiratiebron voor de 'Op Recept'-interventies is het onderzoek van Jan Auke Walburg naar de principes van duurzaam geluk (Walburg, 2008). Walburg gaat ervanuit dat iedereen beschikt over een mentaal vermogen dat je in staat stelt een gelukkig, betrokken en zinvol leven te leiden. Walburg herleidt uit de wetenschappelijke literatuur over geluk en veerkracht de principes die dat mentaal vermogen bepalen (Handleiding Welzijn op Recept, 2014, p 9):

- *Positief en optimistisch denken*. Optimisme en hoop zijn belangrijke bouwstenen voor het welbevinden, ook bij het omgaan met moeilijke gebeurtenissen.
- *Zingeving*, een gevoel van richting hebben in het leven, is belangrijk voor welbevinden en kwaliteit van leven.
- Maar ook *bewust leven en genieten, interactie met anderen, het delen van je geluk en een gezonde leefstijl* zijn nauw verbonden met een verhoogd gevoel van welbevinden.



Positieve Gezondheid

De meest gangbare definitie van gezondheid werd in 1948 geformuleerd door de WHO: 'een toestand van volledig fysiek, geestelijk en sociaal welbevinden en niet louter het ontbreken van ziekte of gebrek'. Deze opvatting werd steeds vaker als te medicaliserend, te statisch en idealistisch gezien en kreeg de kritiek dat een toestand van compleet welbevinden bijna onmogelijk is (Huber et al., 2011).

Arts en onderzoeker Machteld Huber nam de uitdaging aan en ontwikkelde een bredere kijk op gezondheid in zes dimensies: lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren. Deze benadering draagt bij aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan en om zoveel mogelijk eigen regie te voeren: de positieve gezondheid (Huber et al., 2013).

Ze ontwikkelde een gesprekstool gebaseerd op de zes dimensies - het spinnenweb - om in kaart te brengen hoe mensen zelf hun gezondheid ervaren. Zorg- en hulpverleners kunnen aan de hand van de uitkomsten een gesprek voeren over wat mensen belangrijk vinden, wat ze zouden willen veranderen, en hoe ze met hulp van de omgeving de situatie kunnen verbeteren (<https://iph.nl/>).

'KUNST GEEFT MIJ
ENORM VEEL LEVENS-
VREUGDE EN BOORT
IETS AAN WAARVAN
IK NIET WIST DAT
IK HET HAD HET DOET
ME IETS. ER IS EEN
HELE DIMENSIE BIJ!'



De effecten

Om precies te weten wat de effecten van Kunst op Recept op de deelnemers zijn, deed het Verwey-Jonker Instituut tijdens de pilot in Nieuwegein kwalitatief onderzoek naar de ervaringen van en de impact op de deelnemers. Zij baseerden hun onderzoek op een uitgebreide literatuurstudie. Alle deelnemers zijn voor het onderzoek benaderd, ongeveer een derde heeft uiteindelijk meegedaan. De belangrijkste effecten hebben te maken met:

Creatief bezig zijn en iets nieuws leren

Meedoen aan een culturele activiteit boort bij sommigen een bron van creativiteit aan, waar ze zich nog niet of beperkt van bewust waren. Deelnemers aan beeldende activiteiten ervaren dat er geen druk achter zit, dat de docent afwacht welk materiaal en welke techniek je kiest en dan bijspringt om de techniek toe te lichten en te demonstreren.

Ontspanning en afleiding

Een groot deel van de deelnemers noemt 'ontspanning' als opbrengst van de activiteit, anderen noemen 'afleiding' als opbrengst. De interventies geven invulling aan de vrije tijd, ook buiten de activiteiten.

Samenzijn

Deelnemers geven aan dat zij een goede band met de docent hebben opgebouwd, soms meer dan met de andere deelnemers. Dat was vooral zo wanneer er maar een of twee andere deelnemers waren. In een grotere groep die voor langere tijd bij elkaar bleef, ontstond een hechte groepsband en een open sfeer waarin deelnemers meer

feedback durfden te geven op elkaars werk.

Zelfvertrouwen en zelfrespect

De activiteiten hebben een positieve uitwerking op zelfvertrouwen en in mindere mate op zelfrespect. Doordat zij nieuwe creatieve vaardigheden ontwikkelen, worden deelnemers zich meer bewust van hun (potentiële) creatieve talenten en mogelijkheden.

Zingeving en geluk

Bij de meeste deelnemers lijken de activiteit(en) in meer of mindere mate bij te dragen aan zingeving en geluk in het leven. Kunst geeft hen, naast een manier om zich te uiten, een activiteit waarin zij zichzelf kunnen ontplooiën en ontwikkelen: het is een nieuwe dimensie in het leven.

Gezondheid, welbevinden en leefstijl

Deelnemers denken dat deelname aan de activiteiten invloed heeft/had op hun gezondheid, welbevinden of leefstijl. Sommigen gaven aan dat zij zich door de activiteiten beter zijn gaan voelen, anderen ervoeren het als een manier om even uit de dagelijkse beslommeringen te stappen, te ontspannen en zich even niet eenzaam te voelen.

Preventie

Sommige deelnemers zijn geactiveerd door de culturele interventies. Sinds deelname aan de activiteit zijn ze actiever en meer ontspannen en gaan ze vaker de deur uit.



Maatschappelijke relevantie

Kunst op Recept kan ook ingezet worden bij grote maatschappelijke thema's zoals eenzaamheid, participatie en preventie. Waarom is Kunst op Recept daarvoor geschikt?

- Kunst op Recept sluit aan bij het streven van gemeenten om een samenleving te faciliteren waarin alle inwoners meedoen en kwetsbare inwoners niet worden afgezonderd.
- Kunst op Recept gaat uit van het talent van mensen in plaats van hun beperking.
- De lokale (en regionale) infrastructuur van voorzieningen, bedrijven en professionals kan worden benut.
- Kunst op Recept is geschikt voor kwesties die op meerdere beleidsterreinen spelen, zoals participatie, vergroten veerkracht en zelfredzaamheid, vergroten welbevinden en preventie.

De gemeente Nieuwegein heeft een Transformatieagenda Sociaal Domein 2017-2020 opgesteld. Kunst op Recept en andere 'Op Recept'-concepten maken onderdeel uit van het bijpassende aanbod.

Binnen de transformatieagenda heeft de gemeente inhoudelijke programma's ontwikkeld voor de opgaven op de levensdomeinen. De programma's richten zich op positieve gezondheid, zelfredzaamheid en meedoen, brede toegang en buurtkracht.

Om deze programma's verder te ontwikkelen, 'positieve psychologie' in een brede context (maatschappelijk, cultureel, zorg) te exploreren en toepassingen te creëren, heeft Nieuwegein een *Lifestyle*-netwerk opgericht. Vertegenwoordigers van belangrijke instellingen (gemeente, GGD, bibliotheek, welzijnsorganisatie, gezondheidscentra, kunstinstelling) delen daarin kennis met elkaar. Het netwerk verstevigt zo niet alleen de activiteiten die bijdragen aan 'positieve gezondheid', maar ook de organisaties zelf en hun impact op de samenleving.



Voor wie en door wie?

Doelgroep →

Ontwikkelaars →

Uitvoerders →



'IK DENK DAT
HET PREVENTIEF
IS. ALS IK DIT
NIET HAD
WORD JE TOCH
DEPRESSIEF.'

Doelgroep

Kunst op Recept is bedoeld voor mensen met psychosomatische klachten die het gevolg kunnen zijn van ingrijpende gebeurtenissen zoals relatieproblemen, verlies van werk, een zieke partner of een verhuizing. Voor de buitenwereld lijken veel mensen met deze klachten een 'normaal' leven te leiden, maar door de omstandigheden zijn ze kwetsbaar geworden en is hun mentale veerkracht afgenomen. Ze hebben vaak weinig sociale contacten, geen zinvolle dagbesteding of verkeren in een kwetsbare sociaaleconomische situatie.

Huisartsen, praktijkondersteuners (POH-GGZ), sociaal-maatschappelijk werkers, welzijnscoaches, eerstelijns psychologen, medewerkers dienst werk en inkomen en andere hulpverleners zijn vaak bekend met deze groep. Een deel van hen komt niet bij de huisarts, omdat ze geen gezondheidsklachten hebben.

De meesten mensen met psychosomatische klachten hebben niet per se medicijnen of psychologische zorg nodig, maar kunnen wel baat hebben bij iets dat hun gevoel van welbevinden en eigenwaarde vergroot. Anderen met fysieke en/of mentale klachten zoeken bijvoorbeeld afleiding van de persoonlijke problematiek. Voor beide groepen kan meedoen aan Kunst op Recept interessant zijn.



Ontwikkelaars

Professionals uit zorg, welzijn en cultuur werken samen aan het opzetten, ontwikkelen en uitvoeren van Kunst op Recept. Maar ook andere partijen zoals de gemeente kunnen hierbij een rol spelen. Alle partijen kunnen het initiatief nemen om Kunst op Recept op te starten.

Uitvoerders

Professionele kunstenaars/kunstvakdocenten met een afgeronde kunstvakopleiding en een pedagogische/didactische opleiding (lesbevoegdheid) ontwikkelen de interventies en voeren ze ook uit. Zij hebben vakdidactische kennis gericht op vaardigheden, kunstanalyse, kunst/muziek/theatergeschiedenis en kunst algemeen. Daarnaast beschikken ze over sociale en communicatieve vaardigheden die aansluiten bij de doelgroep en hebben ze aantoonbare ervaring in het omgaan met kwetsbare doelgroepen.

Doelgroep pilot

In de pilot in Nieuwegein richtte Kunst op Recept zich op volwassenen tussen de 25 en 55 jaar. In deze levensfase krijgen veel mensen te maken met *life events* zoals verhuizing, scheiding, werkloosheid, verlies van ouders, maar ook het krijgen van kinderen. Dan zijn positieve invloeden van belang, zoals: toekomstperspectief, een gezonde leefstijl en optimisme, eigen inrichting van werk en ontwikkeling (Beddington, 2008). Het doel is om vol in het leven te staan binnen de mogelijkheden en omstandigheden die er zijn. In Nieuwegein waren weinig activiteiten die aansloten bij de belangstelling en/of behoefte aan sociale veiligheid van deze groep mensen. Of de activiteiten waren er wel, maar zij konden ze niet betalen.



Hoe zet je Kunst op Recept op?

Samenwerking →

Financiering →

Ontwikkeling culturele interventie →

Verwijzing en terugkoppeling →

Communicatie →

Evaluatie →

Verduurzaming en borging →



Samenwerking

Misschien een open deur, maar het succes van Kunst op Recept staat of valt met een goede en stabiele samenwerking tussen de verschillende partijen: zorg, welzijn en cultuur. En samenwerken gaat niet altijd vanzelf, het kan soms een uitdaging zijn. De manier van werken, het taalgebruik en de doelen van samenwerkende partijen verschillen nogal.

Tijdens de driejarige pilot in Nieuwegein monitorde het LKCA de samenwerking. Daar zijn lessen en handige tips uit voortgekomen.



Tips voor de voorbereiding

Leer elkaar eerst kennen

Neem eerst ruim de tijd om elkaar te leren kennen. Voor veel professionals is het nieuw om met een andere sector samen te werken. Leg aan elkaar uit wat voor jou belangrijk is in je werk, wat je professionele focus is, hoe je aankijkt tegen je cliënt/patiënt/deelnemer, hoe je werkdag eruitziet. En loop misschien een keer een dag(deel) met elkaar mee.

Zoek mensen die geloven in de aanpak

Bedenk bij de start dat niet iedereen meteen warmloopt voor kunst of een integrale aanpak, dus start met de mensen die in deze aanpak geloven. Kunst op Recept vraagt om denken in gezondheid en gedrag, in mens en maatschappij in plaats van in ziekte en zorg.

Deel dromen, ambities en wensen

Iedereen heeft zo zijn eigen redenen om mee te doen aan Kunst op Recept. En dromen over welk probleem ze ermee kunnen oplossen. Deel die ambities, dromen en wensen met elkaar.

Spreek verwachtingen uit

Spreek van tevoren duidelijk je verwachtingen uit: wat verwacht je van het project? Wat verwacht je van de partners? Wees helder over de voorwaarden waaronder je kunt meedoen. Maak duidelijk wat je kunt inbrengen (tijd, mensen, middelen) en waar grenzen of belemmeringen liggen. En trek tijdig aan de bel als dingen niet duidelijk zijn of als het niet gaat zoals gehoopt.

Ontwikkel samen een visie

Het is makkelijk om meteen in de 'doe'-stand te gaan staan als je elkaar gevonden hebt. Maar het is echt belangrijk om eerst een gezamenlijke visie te ontwikkelen.

Check wat er al is

Voor je start is het goed om te kijken of er lokale initiatieven zijn waar Kunst op Recept bij kan aansluiten. Een aantal gemeenten heeft bijvoorbeeld al Welzijn op Recept of een vergelijkbaar initiatief.

Check of je projectgroep compleet is

Check of alle partijen die een aandeel gaan leveren ook echt onderdeel zijn van de projectgroep. Welzijn, eerstelijnszorg (huisarts of POH-GGZ), gemeente, culturele professional: zitten die aan tafel?



Wat

Waarom

Wie

Hoe

Literatuur

Bijlagen

Verdeel de rollen

Bespreek wie welke rol heeft: wie faciliteert, regisseert, ondersteunt? Wat zijn de kernkwaliteiten van de partners? Waar ben je goed in, wat vind je leuk om te doen? En geef elkaar ruim baan op professionele inbreng, maar ook op persoonlijke inbreng.

Betrek de doelgroep

Het kan nuttig zijn om je plannen en de interventies vanaf het begin regelmatig te toetsen bij de doelgroep. Dat is niet ingewikkeld: via bestaande cursussen of via de Dienst Werk en Inkomen zijn mensen met psychosociale problematiek te vinden.

Betrek eigen organisatie

Zorg dat Kunst op Recept ook bekend is in je eigen organisatie. Creëer voldoende draagvlak bij collega's, management en bestuur. En zorg voor achtervang als je een keer ziek bent of op vakantie gaat.

Maak afspraken

Wie neemt welke taak op zich? Op welke wijze dragen partners financieel bij? Of in gebruik van faciliteiten, inzet netwerk, communicatie? Zorg dat dit zo concreet mogelijk is en dat er termijnen aan verbonden zijn. Sluit hierover eventueel een convenant.

Meer lezen over de [financiering](#) van Kunst op Recept? →

Vragen die je elkaar kunt stellen in de voorbereiding

- Waarom wil jouw organisatie iets met Kunst op Recept?
- Wat is de urgentie hiervan binnen jouw werkterrein/omgeving?
- Doet jouw organisatie al iets met culturele interventies? En hoe bevalt dat?
- Met wie werk je al samen op dit onderwerp?
- Waarom willen we met elkaar samenwerken; wat zien we in elkaar?
- Wat zijn onze specifieke kwaliteiten? Welke rollen zie jezelf vervullen?
- Met welke andere partners moeten we misschien ook samenwerken?
- Hoe houden we elkaar op de hoogte?
- Hoe zorgen we voor gedeeld eigenaarschap en een goede taakverdeling?
- Wie investeert wat? (mensen, middelen)





Tips voor de organisatie van de samenwerking

Stel projectgroep en stuurgroep samen

Het kan handig zijn om naast een projectgroep ook een stuurgroep te hebben, bijvoorbeeld op bestuurlijk niveau. Dat werkt goed bij een cross-sectoraal project als Kunst op Recept. Maak met elkaar heldere afspraken over wie zitting neemt in welke groep, welke rol elke groep heeft, en hoe de groepen zich tot elkaar verhouden. Ook binnen de projectgroep en stuurgroep afzonderlijk is het zinvol om het hierover te hebben: wie beslist wat? Wie doet wat? Welke rollen hebben de afzonderlijke leden van de projectgroep en van de stuurgroep? Kunnen de leden van de projectgroep bijvoorbeeld zelfstandig beslissen over de inzet van middelen, personeel of financiën?

Toets je plannen bij een klankbordgroep

Het is aan te raden om de ontwikkelingen en opzet af en toe te toetsen bij een klankbordgroep bestaande uit professionals. Het houdt je bewust van de oorspronkelijke doelen en biedt een check op haalbaarheid en uitvoerbaarheid.

Plan overleg in tussen uitvoerenden en doorverwijzers

Zorg dat er ook af en toe een overleg is tussen de uitvoerenden en doorverwijzers. Dat is nuttig om casussen te bespreken, om gezamenlijk activiteiten te ontwikkelen en inhoud en vorm bij te stellen.

Zorg voor voldoende uren voor projectleiderschap

Het projectleiderschap kost tijd. Zorg dus voor voldoende formatie of deel het projectleiderschap binnen de projectgroep.



Vragen bij de uitwerking van het projectplan

- Wat is de aanleiding? Waarom doen jullie dit project?
- Welk probleem willen jullie met dit project aanpakken?
- Welk(e) doel(en) willen jullie bereiken? Beschrijf ze zo concreet mogelijk.
- Bij welke doelgroep willen jullie deze doelen bereiken? Waar bevinden deze mensen zich? Om hoeveel mensen gaat het?)
- Welk effect wil je bereiken bij de doelgroep?
- Hoe weet of meet je dat dat lukt?
- Wat ga je precies doen? Welke activiteiten?
- Wat is de planning? Maak een planning van start tot en met evaluatie.
- Wat zijn de beschikbare financiën, middelen en uren van alle betrokken medewerkers?
- Welke andere middelen zijn er nodig? Zoals locatie, vervoer, materiaal, etc.
- Hoe ga je het project bekendmaken? Is er een communicatieplan?
- Hoe ga je het project borgen en verduurzamen?
- Wat zijn de randvoorwaarden? Wat is er minimaal nodig om het project tot een succes te maken?
- Welke risico's zijn er (financieel, organisatie, uitvoering)?





Tips bij de uitwerking van het projectplan

Creëer laagdrempelig aanbod

Ontwikkel een laagdrempelig aanbod: geen hoge deelnamekosten, geen eisen aan basisniveau deelnemers, geen verplichte deelmomenten met de groep. Bekijk [de tips](#) uit de pilot. →

Besteed aandacht aan de verwijfsfunctie

Belangrijk aandachtspunt is de verwijfsfunctie. Waar moet je zoal aan denken? Bekijk [de tips](#) uit de pilot. →

Bewaak het doel

Kunst maken is het doel van Kunst op Recept. Het is geen therapie, er is geen gezondheidsdoel. Leg dat goed vast in het projectplan, want daar zit de kracht: het juist niet actief interveniëren in de problematiek, maar faciliteren dat deelnemers aan hun creatieve vaardigheden werken.

Organiseer intervisie voor de docent

Beschrijf in je projectplan hoe je intervisie voor de docent organiseert.

Zorg voor heldere communicatie binnen het projectteam

Het slagen van Kunst op Recept staat of valt bij het functioneren van het projectteam. Open en heldere onderlinge communicatie is hierbij cruciaal. Een aantal tips:

- Plan ruim van tevoren de overlegmomenten in de agenda's.
- Markeer daarbij de belangrijkste hoogtepunten (deadlines, beslismomenten).

- Bepaal voor elk overleg met elkaar de agenda-onderwerpen.
- Bepaal met elkaar over welke onderwerpen het hele team beslist en waarover elk teamlid zelfstandig besluiten kan nemen.
- Houd de verslaglegging simpel: noteer afspraken/besluiten en maak to-do-lijstjes.
- Stuur verslagen meteen rond na het overleg.
- Houd elkaar ook buiten het overleg goed op de hoogte van ontwikkelingen.
- Evalueer regelmatig, check bij elkaar hoe het gaat, bevraag elkaar.
- Trek tijdig aan de bel als het niet goed gaat.

Houd je eigen organisatie op de hoogte

De ervaring leert dat het belangrijk is dat de leden van het projectteam ook hun eigen achterban goed op de hoogte houden.

- Deel vanaf het eerste moment de plannen in de eigen organisatie, zorg dat het op de agenda blijft staan.
- Houd collega's op de hoogte via de mail, interne nieuwsbrief, intranet en natuurlijk het persoonlijke gesprek.
- Toets regelmatig de plannen en ideeën uit de projectgroep in de eigen organisatie en laat ook weten wat de projectgroep met de feedback heeft gedaan.
- Deel de belangrijke momenten en vier het bereik van mijlpalen: bijvoorbeeld de opzet van de eerste interventies, de nieuwe website of de flyers om uit te delen.
- Deel successen en onderbouw deze met cijfers: zoveel doorverwijzingen, zoveel deelnemers, uitkomsten van evaluaties.
- Zorg dat een collega je kan vervangen bij vakantie of ziekte, en houd hem/haar goed op de hoogte.

Meer lezen over de communicatie bij Kunst op Recept?

Bekijk [de tips](#) uit de pilot →



Financiering

Bedenk voor wie Kunst op Recept een interessante oplossing is. Ga met deze partijen in gesprek en vraag of zij een bijdrage willen leveren. Dat kan met inzet van mensen, faciliteiten en/of geld zijn. Hiermee vergroot je de kans op duurzame financiering en ook op maatschappelijk draagvlak. Kunst op Recept kan dus vanuit verschillende bronnen gefinancierd worden.

Samenwerkingspartners

- Bijdragen in financiën, mankracht en middelen
- Locatie ter beschikking stellen

Fondsen

- Culturele fondsen
- Fondsen met een maatschappelijk doel
- Fondsen voor een specifieke doelgroep
- Innovatiefondsen
- Lokale fondsen

Gemeente/provincie/rijk

- Cultuurbudgetten
- Gelden uit de budgetten voor Wmo, Participatie- of Jeugdwet
- Gelden voor landelijke thema's als preventie of eenzaamheid
- Innovatiebudgetten

Deelnemers

- Cursusgelden

Lokale partners

- Particuliere bijdragen
- Crowdfunding
- Lokale bedrijven

Tip

Zorg dat er voldoende geld is voor de eerste (pilot)fase. Maar creëer ook een structureel perspectief door het op te nemen in de reguliere cultuur-, Wmo- of participatiebudgetten.

Financiering in Nieuwegein

De pilot in Nieuwegein kon worden uitgevoerd dankzij de financiële steun van VSBfonds, Agis Zorginnovatiefonds, Gemeente Nieuwegein, bijdragen van cliënten en particuliere giften. Daar-naast hebben de partners EMC Nieuwegein, DE KOM, LKCA en MOvector mankracht en faciliteiten ter beschikking gesteld.



Ontwikkeling culturele interventie

Het ontwikkelen van een culturele interventie gaat in principe op dezelfde manier als het ontwikkelen van regulier kunsteducatief cursusaanbod. Maar voor een succesvol Kunst-op-Recept-aanbod is wel wat extra's nodig.



De succesfactoren van culturele interventies

Laagdrempeligheid

De kracht van Kunst op Recept lijkt voor een groot deel te liggen in de laagdrempeligheid van de activiteiten. Deze laagdrempeligheid bestaat op verschillende vlakken:

- *financieel*: houd de kosten voor de deelnemers laag, zodat de financiën geen belemmering zijn om deel te nemen
- *kunstzinnig*: er is geen basisniveau vereist
- *sociaal*: positieve feedback en het gegeven dat er niets 'moet'
- *communicatie*: een uitnodigende folder met duidelijke teksten, volledige informatie en die aanzet tot actie

Maatwerk en aandacht voor het individu

Alle deelnemers krijgen een kennismakingsgesprek met de culturele aanbieder/kunstvakdocent. Aan de hand daarvan wordt een aanbod op maat gemaakt. Dat kan een individueel traject zijn of een groepsactiviteit.

Veilige sfeer

Een veilige sfeer ontstaat door een combinatie van sociale laagdrempeligheid, een zekere openheid, de min of meer 'losse structuur' van de lessen en de positieve feedback van de docent. Door dit laatste kan er ook een cultuur van positieve feedback ontstaan binnen de groep. Mensen moeten erop kunnen vertrouwen dat wat er in de les gezegd wordt, ook binnen de muren van het lokaal blijft.

Rol van de docent

De rol van de docent is heel belangrijk bij deze doelgroep. De docenten faciliteren dat deelnemers aan hun creatieve vaardigheden werken en hun gevoelens delen, maar interveniëren niet actief in de mogelijke problematiek. De docent moet het vermogen hebben om aan te voelen wanneer iemand advies, een luisterend oor of wat sturing nodig heeft. Hij/zij moet in staat zijn hiermee professioneel om te gaan, zowel naar het individu toe als naar de groep. Sturing van de individuele, vaak impliciete, behoefte van de deelnemer werkt het beste als deze het niet als zodanig ervaart.

De grenzen van de rol van de docent

Het is belangrijk om als docent duidelijk te zijn over je rol. Natuurlijk verschilt deze per situatie, maar het is goed om er van tevoren over na te denken. Ook de projectgroep moet hierover goede afspraken maken met docenten en doorverwijzers. De projectgroep kan ook feedbackbijeenkomsten en intervisie organiseren om de docenten te begeleiden.





Tips om de grenzen van je rol te bewaken

- Geef bij de kennismaking aan dat je kunstvakdocent bent, geen (creatief) therapeut.
- Beperk je tijdens de lessen tot dat wat je moet doen als kunstvakdocent en maak dat ook duidelijk.
- Houd professionele afstand: wees alert op verzoeken om elkaar te ontmoeten buiten de les om, vriendschapsverzoeken via social media etc.
- Adviseer bij een lastige situatie dat iemand contact opneemt met de huisarts of welzijnscoach. Check na een week of dat gebeurd is en neem anders zelf contact op met de doorverwijzer.
- Zorg dat er een mogelijkheid tot intervisie is – binnen je eigen organisatie of met de projectgroep.

'SOMS BEN JE BEZIG
MET DAT STUKJE VAN
JEZELF DAT WEL GOED
WERKT. HET IS OOK
AFLEIDING. MAAR OOK
JE EI KWIJT KUNNEN,
OM WAT JE WEL
DWARS ZIT.



Soorten interventies

Tijdens de pilot in Nieuwegein zijn 31 interventies ontwikkeld waarvan er 20 zijn uitgevoerd. Enkele voorbeelden:

Korte interventies (1-5 bijeenkomsten)

- **Het wordt steeds beter**
Een vierluik in mozaïek maken. De eerste afbeelding in mozaïek wordt in de volgende drie verbeterd of in een andere context geplaatst.
- **Kunstkijken 1**
Begeleide excursie naar een tentoonstelling. Welk kunstwerk spreekt aan en welk kunstwerk past bij jou en waarom? Hoe denken anderen daarover?
- **Kunstkijken 2**
Begeleid bezoek aan een theatervoorstelling met bespreking aan de hand van reacties en persoonlijke ervaringen.

Langdurige interventies (max. 15 bijeenkomsten)

- **Ontspan en creëer!**
De opzet is een bijna atelierachtige sfeer waarin de deelnemers schilderen waarbij plezier, fouten durven en mogen maken en de ontwikkeling van creativiteit centraal staat.
- **Lifeline Art**
Deelnemers vertellen en verbeelden met verschillende materialen hun eigen leven van geboorte tot nu.
- **Individueel traject**
Weer -na lange tijd- muziek spelen, alleen en met anderen. Waarbij vaste afspraken, tijden en regelmaat houvast bieden.
- **Dans en beweging**
Deelnemers vertellen hun dagelijkse leven/dagelijkse handelingen naar een individuele dans en beweging. Zo krijgt deze dans een persoonlijke betekenis.
- **Lifeline writing**
Deelnemers vertellen over hun eigen leven door een gedicht, lied of kort verhaal te schrijven. Door te experimenteren met tekst brengen zij herinneringen en belevingen onder woorden.
- **Boetseren**
Deelnemers geven gedachten en ideeën fysiek vorm in verschillende soorten klei en met verschillende technieken.



Wat

Waarom

Wie

Hoe

Literatuur

Bijlagen

Waarmee moet je rekening houden bij de ontwikkeling van een interventie?

Kenmerken van de interventie

Alle interventies hebben deze kenmerken:

- Een afgebakende tijdsperiode (minimaal drie tot maximaal vijftien wekelijkse bijeenkomsten).
- Bij een groepsactiviteit: een (gemeenschappelijk) startmoment,
- De inzet van actieve, receptieve en reflectieve componenten. Momenten van reflectie (op het eigen werk en dat van anderen) maken een wezenlijk onderdeel uit van de bijeenkomsten.
- Alle interventies hebben een 'cursusplan' waarin globale (leer) doelen, werkwijze, organisatie en evaluatie staan beschreven.
- De interventie past bij de specifieke deelnemer.

Losse structuur van de lessen

De kunstzinnige kaders en doelen staan vast, maar de deelnemers bepalen mee hoe een interventie verder wordt uitgewerkt, ook in de groepsactiviteiten. De docent polst tijdens de les waar de behoeften en wensen liggen en speelt hierop in met ideeën, materiaal of een opdracht.

Aan het eind van de activiteit evalueert de docent met de deelnemers en past hij/zij de opzet aan op basis van hun feedback en de eigen observaties.

De keuze voor een losse structuur bij Kunst op Recept is bewust gemaakt met als redenen:

- *Je kunt inspelen op de individuele behoefte.* Sommige deelnemers weten al heel goed wat ze willen, anderen laten zich inspireren

door voorbeelden of andere deelnemers. Op deze manier is er ruimte voor het proces, tempo en de werkwijze van elke individuele deelnemer.

- *Je houdt het laagdrempelig.* Iedereen kan op eigen niveau aan de slag.
- *Je creëert een open sfeer.* Deelnemers krijgen niet het gevoel dat er iets 'moet'.
- *Je voorkomt dat mensen hun resultaten met elkaar vergelijken.* Als iedereen dezelfde opdracht heeft, bestaat het risico dat mensen hun resultaten gaan vergelijken en het gevoel krijgen dat hun werk of bijdrage mislukt is.

Tijdsduur en frequentie

Houd er bij de planning van zowel de afzonderlijke les als de hele reeks rekening mee dat het vaak tijd kost om op te starten. Zeker wanneer er tijdens de activiteit gesprekken ontstaan kan dat extra tijd vragen. De frequentie is afhankelijk van wat je gaat doen, maar het advies is om het aantal bijeenkomsten te beperken tot maximaal 15. De interventie is tijdelijk. De bedoeling is dat mensen daarna zelf iets kunnen gaan ondernemen.

Planning cursus

Maak ruim van tevoren duidelijk waar, wanneer, hoe laat en hoe vaak de activiteit plaatsvindt. Voor sommige mensen is het aanmelden voor de activiteit al een grote stap, zo veel mogelijk duidelijkheid helpt ze hierbij.

In de wintermaanden en rond de feestdagen zijn sommige mensen extra eenzaam. Laat de activiteit doorlopen in januari, zodat ze iets hebben om naar uit te kijken.



Wat

Waarom

Wie

Hoe

Literatuur

Bijlagen

Locatie en bereikbaarheid

Zorg voor locaties die de activiteit ten goede komen, met voldoende licht, ruimte om te bewegen en ruimte voor opslag. Zorg ervoor dat de locatie goed bereikbaar is per fiets, te voet of met openbaar vervoer. Bedenk hierbij dat sommige cliënten graag een activiteit in de buurt willen, bijvoorbeeld in een buurtcentrum. Maar dat anderen misschien juist graag naar een locatie buiten hun dagelijkse omgeving gaan. Overleg met de welzijnscoach of welzijnsorganisatie wat er mogelijk is.

Kosten: wat mag het kosten en hoe bepaal je dat?

Voor deelnemers is het meedoen aan een cursus soms een eerste stap richting participatie en activering. Ook al hebben deelnemers vaak een (zeer) beperkt budget, toch is het goed om een kleine financiële bijdrage te vragen. Als dit problemen oplevert, kun je kijken of je dit anders kunt oplossen. Houd daarmee rekening in je begroting.

Materiaal

Zorg voor voldoende budget voor materiaal en andere faciliteiten zodat er geen beperking is voor de uitvoering van de activiteit. Geef docenten de ruimte om zelf te bepalen wat ze nodig hebben.

'DE KERN IS: JE MOËT
NIET, JE BENT MET
IETS 'BEZIG' WAT JE
LEUK VINDT OF WAT
JE GOED KUNT. JE WEET
DAT JE MENSEN OM JE
HEEN HEBT DIE - DEELS
- BEGRIJPEN WAAR JE
MEE ZIT.'



Verwijzing en terugkoppeling

Bij Kunst op Recept verwijst de zorg - of welzijnsprofessional in principe door. De projectgroep bepaalt de spelregels voor verwijzen/aanmelden en terugkoppelen.



Tips voor verwijzen en terugkoppelen

Informeer alle mogelijke doorverwijzers over het project

Elke professional uit de eerstelijnszorg, tweedelijnszorg of welzijn kan doorverwijzen. Maar ook bijvoorbeeld een medewerker van Dienst Werk en Inkomen. Zorg dus dat ook degenen die geen deel uitmaken van de projectgroep, bijvoorbeeld andere huisartsenpraktijken, fysiotherapeuten, psychotherapeuten en eerstelijns psychologen, op de hoogte zijn van het project, de interventies, de criteria en de procedure van de doorverwijzing.

Bepaal de procedure voor doorverwijzen

Bepaal binnen de projectgroep een procedure die bij jullie specifieke situatie past. Zaken die je daarin mee kunt nemen zijn:

- Wat vertel je de cliënt/patiënt als je die doorverwijst?
- Hoe leg je goed uit wat meedoen aan een culturele activiteit betekent?
- Geef je iets mee? Een folder? Een formulier?
- Stel je de culturele organisatie/docent al op de hoogte of doet de deelnemer dat zelf?
- Geef de cliënt/patiënt de tijd om erover na te denken, maar spreek wel een moment af waarop hij /zij de beslissing neemt.

Voer een intakegesprek met mogelijke deelnemers

Na de doorverwijzing maakt de deelnemer een afspraak met de docent of andere betrokkene van de culturele instelling. Samen bepalen ze welke activiteit het beste aansluit bij zijn/haar belangstelling en (praktische) mogelijkheden. Belangrijk is om het gesprek luchtig maar wel serieus te houden. Het is een kennismakingsgesprek met als belangrijkste doel te achterhalen waar iemand op z'n plaats is. Onderwerpen die in het gesprek aan de orde kunnen komen:

- Wat is de reden/aanleiding dat iemand zich aanmeldt of doorverwezen is (je hoeft niet om details te vragen, wat wil iemand zelf kwijt?)
- Hoe is iemand met Kunst op Recept in aanraking gekomen? (zo krijg je een beter zicht op het proces van doorverwijzen)
- Heeft de deelnemer al eens eerder iets gedaan met muziek, schilderen, etc.? Zo ja, hoe vond hij/zij dat?
- Wil de deelnemer iets vertellen over zijn/haar achtergrond, thuissituatie? Is er iets waar de docent rekening mee moet houden? (dat kan van alles zijn, van praktische zaken tot angsten)
- Heeft hij/zij misschien nog andere doelen, zoals structuur aanbrengen in de week, afspraken nakomen, werkervaring opdoen?
- Wat zijn de verwachtingen van de deelnemer, waar hoopt hij/zij op?
- Wat verwacht de deelnemer van de begeleiding, wil hij/zij losgelaten worden of juist wat meer sturing krijgen?





In de pilot vulden deelnemers een deelnameformulier in. Hierop gaven zij ook aan hoe zij bij Kunst op Recept terecht waren gekomen. Ook ondertekenden zij een formulier waarmee zij toestemming gaven om hun deelname te delen met de huisarts en om mee te werken aan het onderzoek naar het effect van de culturele interventies. Na afloop van het project werden deze gegevens vernietigd.

Houd rekening met directe aanmeldingen

De basis van Kunst op Recept is de doorverwijzing, maar dat voorkomt niet dat mensen zichzelf direct aanmelden bij de culturele aanbieder. Het is dus belangrijk dat de projectgroep hier onderling afspraken maakt over hoe dan te handelen. Denk hierbij aan de volgende aspecten: check op juiste doelgroep, kennismakingsgesprek, terugkoppeling huisarts, welzijnscoach of anderen, enzovoort. Houd er wel rekening mee dat de procedure de deelnemer niet afschrikt of extra drempels opwerpt. En bedenk een alternatief als iemand niet in aanmerking komt voor deelname aan een Kunst-op-Recept-activiteit.

Koppel terug naar huisarts of welzijnscoach

Maak goede afspraken in de projectgroep over de inhoud en frequentie van terugkoppeling. Bespreek met alle betrokken zorg- en welzijnsprofessionals welke aspecten zij relevant vinden in de terugkoppeling. Terugkoppeling aan de huisarts kan vaak minimaal: alleen de naam van de deelnemer, welke activiteit hij/zij heeft gevolgd en hoe vaak hij/zij aanwezig was.

Houd je aan de privacyregels

De nieuwe privacyregels van de AVG (Algemene verordening gegevensbescherming) beschermen de privacy van burgers. Je mag persoonsgegevens alleen maar verzamelen met een gerechtvaardigd doel. En je mag die gegevens niet langer bewaren dan noodzakelijk. Het is heel belangrijk om de deelnemer duidelijk te vertellen wat je vastlegt en deelt. *Vraag daar vooraf toestemming voor en laat de deelnemer hiervoor tekenen.*

Voor Kunst op Recept betekent dit minimale vastlegging (naam deelnemer, adres, telefoonnummer, emailadres, en welke activiteit iemand volgt). Na afloop moet je de gegevens vernietigen, tenzij de deelnemer zelf heeft aangegeven dat hij/zij graag op de hoogte gehouden wil worden van andere activiteiten.



Communicatie

Een van de succesfactoren van Kunst op Recept is de communicatie onderling, met de deelnemers en tussen de professionals.



Tips voor de communicatie

Communicatie over het project en de activiteiten van Kunst op Recept

- Zorg voor een eigen, herkenbare uitstraling. Het is goed om de culturele interventies te onderscheiden van regulier cultureel aanbod.
- Maak in toon, vormgeving en middelen onderscheid tussen de professionals en de deelnemers. Beide groepen hebben andere informatiebehoeften.
- Maak een keuze over de naam: gebruik je Kunst op Recept alleen voor de professionals? Of ook voor de deelnemers? Of heb je het liever over: Beter in je vel met kunst?
- Vermijd jargon en zorg voor helder taalgebruik.
- Houd alle betrokkenen ook buiten het projectteam (bijvoorbeeld fondsen, zorgverzekeraars, eigen directies, gemeenten) op de hoogte van de voortgang, bijvoorbeeld door een nieuwsbrief of gewoon een mailtje te sturen.

Communicatie met en tussen doorverwijzers en kunstenaars/kunstvakdocenten

- Zorg dat deze twee groepen elkaar af en toe ontmoeten, zodat ze ervaringen kunnen uitwisselen en een goed beeld krijgen van elkaars inzet.

- Houd deze groepen ook regelmatig op de hoogte van de voortgang van het project. Dat kan simpel door bijvoorbeeld een groepsmail of nieuwsbrief te sturen met laatste nieuws (zoals nieuw aanbod), feiten en cijfers (aantal deelnemers, aantal cursussen).
- Tip: laat de kunstvakdocent of kunstenaar een keer een workshop geven aan de betrokken professionals. En omgekeerd; loop een keer een dagdeel mee met de praktijkondersteuner of welzijnscoach.

Communicatie met de cliënten/deelnemers/patiënten

- Zorg voor een folder in heldere, positieve taal met veel beeld erbij waarin duidelijk en concreet staat wat het aanbod is, waar, wanneer en hoe vaak het plaatsvindt, wat het kost, wie ze begeleidt en vooral hoe mensen zich kunnen aanmelden.
- Geef folders actief mee en verspreid ze via meerdere kanalen. Zorg dat mensen er makkelijk mee in aanraking komen, bijvoorbeeld in een wachtkamer, bij een gemeentelijke dienst, een buurtcentrum of via huis-aan-huisverspreiding.
- Een-op-een-contact werkt het beste. De intake of kennismaking gaat via een persoonlijk gesprek, waarin je eventueel meteen kunt helpen bij het invullen van het aanmeldingsformulier.
- Geef mensen de tijd om na te denken of het iets voor ze is, maar kom er wel op terug. Bel ze bijvoorbeeld na een week op.
- Zorg dat de activiteit doorgaat of – als dat niet lukt – dat er een alternatief is. Dit is een kwetsbare groep die anders snel afhaakt.



Evaluatie

Evaluatie van het hele project

Vanzelfsprekend wil je als projectgroep weten wat de effecten en de impact van Kunst op Recept zijn. Voor de pilot heeft een onderzoeksbureau met expertise op het sociale- en zorgdomein dat onderzocht. Als de middelen dat toelaten, is dat – zeker bij de eerste keer - aan te bevelen. Lukt dit niet, dan kun je kiezen voor zelfevaluatie, bijvoorbeeld door achteraf de culturele interventies en het proces daaromheen goed te beschrijven.

Evaluatie met projectgroep

Een goede evaluatie over de onderlinge samenwerking is belangrijk. Dat kan na afloop, maar de ervaring leert dat tussentijds evalueren heel erg nuttig kan zijn. Het geeft je als projectgroep de mogelijkheid om bij te sturen en iedereen met volle overtuiging aan boord te houden. Voorbeeld van een vragenlijst →



Tips voor de evaluatie

- Bepaal van tevoren als projectgroep wanneer je gaat evalueren.
- Koppel evaluaties aan je doelen, ambities en inhoud.
- ussentijdse evaluaties zijn belangrijk, want dan kun je het proces nog bijsturen.
- Bedenk wie de evaluaties gaat begeleiden en/of uitvoeren en wat je precies wilt weten.
- En bedenk wat je gaat doen met de uitkomsten. Als er geen ruimte is voor aanpassing of verbetering, heeft een evaluatie niet veel zin.

Evaluatie van de interventie

De interventie evalueer je aan de hand van je cursusplan: wat wilde je bereiken, wat was succesvol, wat werkte niet, wat kan beter? Maar je wilt misschien ook weten wat er goed werkte op deelnemersniveau. Een middel om dat te kunnen achterhalen is een logboek. Hierin beschrijf je de beginsituatie, de opdrachten die je geeft en de wijze waarop de deelnemer daarmee omgaat. Met deze informatie kun je de ontwikkeling van deelnemers volgen en eventueel collega's raadplegen tijdens intervisiebijeenkomsten. Zorg ervoor dat de logboeken alleen toegankelijk zijn voor de docent en eventuele projectleider. Vernietig de gegevens zodra ze niet meer relevant zijn.

Evaluatie met de docenten

Een aparte evaluatie met de docenten is belangrijk. Dan kan individueel of als groep als er meerdere culturele interventies tegelijk hebben plaatsgevonden. Hoe hebben zij het traject ervaren? Wat was er anders aan deze doelgroep? Wat zijn verbeterpunten? Was er behoefte aan intervisie? Wat was het niveau? Had de docent er zelf ook plezier in?

Evaluatie met deelnemers

Vanzelfsprekend is een evaluatie met deelnemers belangrijk. Het geeft een goed beeld wat de culturele interventies teweeg hebben gebracht. En het levert veel informatie op voor een goed vervolg. Een paar tips:

- De ervaring leert dat deelnemers eerder bereid zijn hun ervaringen met de (vertrouwde) docent te delen dan met een vreemde.
- Laat de deelnemers tijdens de laatste les bijvoorbeeld een enquête op papier invullen of geef deze bij de een-na-laatste les mee. Ervaring leert dat enquêtes via de mail en website drempelverhogend werken.
- Bied aan om te helpen met invullen.
- Of bel alle deelnemers nog een keer na voor een telefonische enquête.
- Houd de vragenlijsten kort.
- Stel niet te veel open vragen.
- Stel gesloten vragen waarbij ze met een simpel ja/nee kunnen antwoorden of werk met een schaal van 1-10. Smileys werken ook goed.

Voorbeeld evaluatievragen voor deelnemers

Vul zelf alvast in aan welke activiteit de deelnemer heeft meegedaan.

- Hoe ben je bij deze activiteit gekomen?
- (Meerkeuze-antwoorden: via de huisarts/welzijnscoach, folder in wachtkamer, internet, bericht in de krant, tip van een bekende)
- Wat vond je leuk aan de activiteit? Waarom heb je hiervoor gekozen? (Open vraag of meerkeuze-antwoorden)
- Hoe vond je het om mee te doen aan de activiteit? (Geef een cijfer tussen de 1-10)
- Hoe vond je de begeleiding van de docent? (Geef een cijfer tussen 1-10)
- Heeft de activiteit je goed gedaan? Wat heeft het je opgeleverd?
- (Meerkeuze-antwoorden: ik heb iets nieuws geleerd, ik vond het fijn om creatief bezig te zijn, ik vond het fijn om samen te zijn, het gaf me afleiding, het gaf me ontspanning, het gaf me energie, ik voel me gezonder, ik heb meer zelfvertrouwen gekregen, mijn zelfrespect is gegroeid, ik voel me gelukkiger, ik heb weer wat meer zin in het leven)
- Voel je je anders nu je hebt meegedaan aan deze activiteit? Voel je je bijvoorbeeld gezonder? (Open vraag)
- Heb je nog tips om de activiteit te verbeteren? (Open vraag)



Verduurzaming en borging

Het is goed om – ongeacht de uitkomsten van evaluaties – al tijdens de pilot aandacht te besteden aan verduurzaming en borging van de activiteiten.

Sluit aan bij bestaand beleid van alle partijen

Een innovatief project als Kunst op Recept kan pas succesvol zijn en blijven als het aansluit bij bestaand beleid. Het moet dus een plek krijgen in dat beleid, niet alleen voor het lopende jaar, ook voor de jaren erna. Innovatie kost tijd.

Reserveer structureel budget

Zorg dat je eigen organisatie ook in de jaren na een pilot structureel budgetten (middelen/uren) reserveert voor Kunst op Recept. Innovatie kost geld.

Zorg voor vervolgaanbod

De culturele interventies van Kunst op Recept kennen een duidelijk begin en einde. Denk daarom vooraf alvast na over vervolgaanbod waar je deelnemers na afloop naar kunt verwijzen. Dat kunnen ook activiteiten zijn van andere partijen. Zorg wel dat je op de hoogte bent van de inhoud en opzet, zodat je deelnemers een degelijk advies kunt geven.

Bedenk hoe de projectgroep verder gaat

Afhankelijk van de eerste ervaringen met Kunst op Recept zal ook de rol van de projectgroep op een gegeven moment veranderen. Maak dit tijdig bespreekbaar. En houd er rekening mee dat elk project

eigenaren nodig heeft die blijven aansturen, ontwikkelen en bewaken, ook na een eerste pilot.

Deel je kennis

Verzamel tijdens het hele proces zoveel mogelijk gegevens en deel die niet alleen met alle betrokkenen, maar ook met hun achterban. Maak bondige rapportages die voor allerlei partijen openbaar toegankelijk zijn. En deel ze ook met de uitgevers van deze handreiking, zodat we deze up-to-date kunnen houden. Let op dat je gegevens van deelnemers anoniem verwerkt, deze mogen niet herleidbaar zijn naar individuele personen.

Tot slot

Kunst op Recept is een innovatief concept. En een innovatie ontwikkelen en tot bloei brengen kost tijd. Tijd om eraan te wennen, om het in te passen in bestaande werkwijzen en dagelijkse praktijken en om uit te zoeken hoe een aanpak het beste werkt. Maar de lessen uit Kunst op Recept zijn ook dat het gaat om een blijvende overtuiging, de bereidheid om aan te passen en mee te bewegen. En geloof in dat het werkt. Dat hebben wij gedurende de hele pilot gedaan. En dat doen we nog steeds.

Mocht je behoefte hebben aan meer informatie, advies of een sparringspartner, neem dan contact op met:

DE KOM • Marjo Schlaman • marjo@dekom.nl of
LKCA • Angela van Dijk • angelavandijk@lkca.nl



Literatuurlijst en verder lezen

Literatuurlijst →

Interessante websites →

Verder lezen →



Literatuurlijst

Beddington, J, et al. (2008). *The mental wealth of nations*. Basingstoke: Nature, Vol. 455, p 1057-1060. [Download](#)

Fredrickson, B.L. (2004). *The Broaden-and-build theory of positive emotions*. London: The Royal Society p 1367 - 1377. [Download](#)

Fredrickson, B.L. (2013, July 15) *Updated Thinking on Positivity Ratios*. American Psychologist, doi: 10.1037/a0033584.

Huber, M. et al. (2011). *How should we define health?* London: BMJ.

Huber, M., Vliet, M. van, Giezenberg, M., & Knottnerus, A. (2013). *Towards a conceptual framework relating to "Health as the ability to adapt and to self manage"*. Driebergen: Louis Bolk Instituut.

Kwakernaak, M., Meere, F. de, Kapel, M. van. (2018). *Doet kunst goed? – de betekenis van Kunst op Recept in Nieuwegein*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut. [Download](#)

Poll, J. (2019). *Kunst op recept - de kunst van samenwerken Eindrapportage monitor samenwerkingsproces*. Utrecht: LKCA.

Ranke, S., Haren, J. van, & Groenewoud, S. (2018). *Welzijn op Recept (WOR): hoe werkt het? Literatuuronderzoek naar de cruciale bestanddelen, hun werking en geschikte methoden voor het meten en monitoren van Welzijn op Recept (WOR)*. Nijmegen: IQ Scientific Center for Quality of Healthcare. [Download](#)

Seligman, M.E.P., Csikszentmihaly, M. (2000). *Positive psychology. An introduction*. American Psychologist Vol. 55, p 5-14.

Sinnema, H., et al. (2014). *Welzijn op recept – handleiding voor de ontwikkeling en invoering van het welzijnsrecept (herziene uitgave)*. Utrecht: Trimbos Instituut.

Walburg, J.A. (2008). *Mentaal vermogen – Investeren in geluk*. Amsterdam: De Nieuw Amsterdam Uitgevers.

Walsch, R. (2011). *Lifestyle and Mental Health*. American Psychologist, Vol.66, No. 7 579-592.

Interessante websites

www.kunstoprecept.nl

Website gericht op professionals voor Kunst op Recept. Ook de bijbehorende nieuwsbrieven zijn daar te downloaden.

www.americansforthearts.org/socialimpact

Een handig online tool dat de (sociale) impact van kunst op 26 maatschappelijke terreinen in kaart brengt. Voorzien van heldere uitleg en uitgebreide factsheets.

www.artshealthandwellbeing.org.uk

De Britse National Alliance for Arts, Health & Wellbeing is opgericht in 2012 en heeft tot doel de rol die creativiteit kan spelen bij gezondheid en welbevinden onder de aandacht te brengen.

www.artsandhealth.ie

Website met onderzoek, projecten, casestudies en nieuws op het gebied van kunst en gezondheid in Ierland.

www.expertisecentrum-kunsttheorie.nl

Website over kunsttheorie en verschillende visies op de vakdidactiek rondom kunst.



Wat

www.iph.nl

Website van Institute for Positive Health van Machteld Huber. Informatie over het begrip positieve gezondheid.

www.instituteforcreativehealth.org.au

Het Australische Institute for Creative Health is een toonaangevende organisatie, zowel nationaal als internationaal op het gebied van kunst, welzijn en gezondheid.

www.tijdschriftpositievepsychologie.nl

Een website met blogs en laatste nieuws op gebied van positieve psychologie.

Waarom

Wie

Hoe

Literatuur

Bijlagen

Verder lezen

All Party Parliamentary Group on Arts, health and Wellbeing, (2017). *Creative health: the arts for health and wellbeing*. London: APPG, All_Party Parliamentary Group. [Download](#)

Campen, C. van, Rosenboom, W., Grinsven, S. van, & Smits, C. (2017). *Kunst en positieve gezondheid: Een overzichtsstudie van culturele interventies met mensen die langdurig zorg en ondersteuning ontvangen*. Zwolle: Hogeschool Windesheim. [Download](#)

Hamersveld, I. van (eindred.), (2015). *Kunst als recept*. Boekman, 27 (104), 1-59. Te bestellen bij Boekmanstichting

Khalil, M., & Verschoor, W. (2017). *Interventie Gouden Mannen*. Utrecht: Movisie. [Download](#)

Trienekens, S., Swartjes, B., & Docter, I. (2016). *Inspiratiegids voor lokaal beleid: preventie, zelfregie en participatie met kunst en cultuur in het sociaal domein*. Utrecht: LKCA. [Download](#)

Wit, F. de, Hofman, C., Hoogland, A., & Driessen, N. (z.d.) *Aan de slag met positieve gezondheid*. Utrecht: Vilans. [Download](#)

Zwet, R. van der, & Maat, J-W. van de. (2016). *Wat werkt bij de aanpak van eenzaamheid*. Utrecht: Movisie. [Download](#)

Meer literatuur over het thema kunst en zorg: bekijk de LKCA-website lkca.nl > vrije tijd > [kunst in de zorg](#) of raadpleeg de [informatiebank](#)



Bijlagen

Voorbeeld vragenlijst evaluatie samenwerking Kunst op Recept →

Interventiesjabloon Kunst op Recept →

Literatuurstudie door Verwey-Jonker Instituut →

Samenvatting rapportage samenwerkingsmonitor →



Voorbeeld Vragenlijst evaluatie samenwerking Kunst op Recept

1. Wat zijn jouw taken/verantwoordelijkheden binnen Kunst op Recept?	
2. Met wie heb je allemaal contact bij de uitvoering van deze taken?	
3. Waarover heb je dan contact? (bijvoorbeeld praktische vragen over de uitvoering, vervolgstappen bepalen, advies vragen/geven, op de hoogte houden van voortgang)?	
4. Hoe kijk je terug op jouw start bij Kunst op Recept? Wat ging goed en wat had je graag anders gezien?	
5. Wat heb je van je eigen organisatie nodig om je taak goed te kunnen uitvoeren? En gebeurt dat ook in de praktijk?	
6. Wat heb je van de andere samenwerkingspartners nodig om je taak goed te kunnen uitvoeren. En gebeurt dat ook in de praktijk?	
7. Hoe is in jouw optiek de samenwerking tot nu toe verlopen? (Extern en intern)	
8. Hoe zou je de doelstelling van Kunst op Recept omschrijven?	
9. Jouw organisatie is betrokken bij Kunst op Recept. Vind je dit passend/ goed voor jullie organisatie? Waarom wel/niet?	
10. Hoe waardeer je de onderlinge samenwerking met de externe partners in het algemeen? Wat gaat goed en wat zie je graag anders?	



Passende organisatie en onderlinge relatie

11. Er volgen nu een aantal stellingen over de projectgroep/stuurgroep. Geef aan in hoeverre je het eens bent met de stellingen, waarbij 1 = geheel mee oneens, en 6 = geheel mee eens.

	oneens ←	1	2	3	4	5	6 →	eens
Ik vind dat ik relevante informatie krijg over Kunst op recept		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik weet niet zo goed wat er van mij verwacht wordt binnen Kunst op Recept		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik vind dat Kunst op Recept duidelijk geformuleerde doelstellingen heeft		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik vind dat ik voldoende, direct contact heb met de samenwerkingspartners		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik weet precies wat er van mijn organisatie verwacht wordt binnen Kunst op Recept		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik geef regelmatig terugkoppeling aan samenwerkingspartners binnen Kunst op recept over hun bijdrage		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik ervaar dat voor andere samenwerkingspartners duidelijk is welke rol en taak ik heb		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik vraag feedback aan samenwerkingspartners binnen Kunst op Recept		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik vind dat er duidelijk geformuleerde doelstellingen zijn voor mijn organisatie als het gaat om Kunst op Recept		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Het is voor mij duidelijk wie de eindbeslissingen neemt/nemen binnen Kunst op Recept		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik voel me vrij om problemen en moeilijke kwesties ter sprake te brengen bij samenwerkingspartners		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik ben zelden gefrustreerd over de bijdrage van de andere samenwerkingspartners		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik vind dat de rollen van de verschillende partners duidelijk geformuleerd zijn		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik heb niet het gevoel dat andere samenwerkingspartners naar mijn mening luisteren		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Het is voor mij duidelijk bij wie ik moet aankloppen als ik een vraag heb over mijn taken voor Kunst op recept		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik voel me vrij om een afwijkende mening te geven bij de samenwerkingspartners van Kunst op recept		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik voel me vrij om hulp te vragen aan samenwerkingspartners van Kunst op recept		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik ervaar zelden problemen in de samenwerking bij Kunst op recept		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik ervaar dat samenwerkingspartners verwachtingen hebben die haaks staan op mijn opvattingen over mijn taak en rol.		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik krijg zinvolle feedback van samenwerkingspartners binnen Kunst op Recept.		☐	☐	☐	☐	☐	☐	
Ik deel relevante informatie met de andere samenwerkingspartners binnen Kunst op recept.		☐	☐	☐	☐	☐	☐	



Interventie / leerdoelen Kunst op Recept

Download hier het [interventiesjabloon](#).

Interventie sjabloon


Interventie / leerdoelen Kunst op Recept		
Activiteit		Docent / begeleider
Duur (vd cursus)		Dag vd week
Aantal deelnemers	Min Max	Tijdstip
Korte omschrijving interventie		
Verantwoording Waarom doe je dit?		
Begin situatie van de deelnemers		
Doelen (Wat wil je bereiken?) m.b.t.		
Kennis		
Vaardigheden		
Attitude		
Anders		
Hoe evalueer je?		

Blad 1

Interventie sjabloon


Werkwijze en middelen voor de interventie (Op welke manier doe je het en met welke middelen?)		
Instructie (Kan ook zijn met of over middelen)		
Leeractiviteiten en leermiddelen		
Werkvormen		
Organisatie (Wat heb je allemaal nodig?)		
Vooraf		
Tijdens		
Na afloop		
Eindevaluatie / Conclusie		
Observaties	Feedback	Zelfbevingingen
Onvoldoende resultaat	Voldoende / Goed resultaat	Uitmuntend resultaat

Blad 2



Literatuurstudie door Verwey-Jonker Instituut

Onderdeel van het kwalitatieve onderzoek Doet kunst goed? – de betekenis van Kunst op Recept in Nieuwegein

Utrecht, mei 2019

Er is in de literatuur gezocht naar wat er bekend is over de relatie tussen het participeren aan kunstvormen aan de ene kant en de (ervaren) gezondheid van mensen aan de andere kant.

Dit betreft een zeer breed onderzoeksterrein, waarbij er geen beperking is geweest tot de kunstzinnige therapie. Er is breed gezocht met verschillende combinaties van zoekwoorden gerelateerd aan het concept gezondheid en zoekwoorden gerelateerd aan verschillende vormen van kunst. Eerst is naar artikelen gezocht in Web of Science en vervolgens in Google Scholar. Uit deze laatste database kwam nog slechts één aanvullend artikel.

De zoekwoorden voor het concept 'gezondheid' waren: health, well-being, psychological well-being, lifestyle, mental health, loneliness, depression en stress.

Voor het concept kunst zijn de volgende zoekwoorden gebruikt: art, creative activities, music, drawing, painting, singing, writing, acting, sculpturing, museum en theater. Overigens is ook apart gezocht op social prescribing, maar dit leverde geen relevante artikelen op.

Voor elke woordcombinatie is zowel op titel als op onderwerp gezocht naar artikelen. Dit leverde grote aantallen hits op. Binnen de hits is

gekeken welke artikelen zich echt richten op het effect van kunst op gezondheid en naar artikelen over participerende vormen van kunst, zoals schilderen, muziek maken en naar een museum gaan. Omdat het hier gaat om een overzicht van de bestaande literatuur op een breed terrein, zijn alleen de (systematische) reviews en de meta-analyses geanalyseerd. In die artikelen worden voor de specifieke participerende vormen van kunst de resultaten van onderzoek op hoogwaardige wijze besproken. In totaal voldoen 27 studies aan de zoekcriteria. Na revisie zijn dit er 25 geworden.

Uit de literatuurscan

1. *The impact of participation in performing arts on adolescent health and behaviour: A systematic review of the literature (2008)*

17 databases gezocht en uiteindelijk 14 artikelen meegenomen.

De uitkomsten zijn positief, met name voor deelname aan drama/ toneelactiviteiten.

2. *Identifying the evidence-base for art-based practices and their potential benefit for mental health recovery: A critical review (2012)*

Naar de uitkomsten van 23 studies gekeken.

De uitkomsten zijn positief.

3. *Participatory arts for older adults: A review of benefits and challenges (2014)*

Naar de uitkomsten van 31 studies gekeken.

Overwegend positieve uitkomsten voor verschillende participerende kunstvormen.



Wat

Waarom

Wie

Hoe

Literatuur

Bijlagen

4. *Systematic review and economic modelling of the clinical effectiveness and cost-effectiveness of art therapy among people with non-psychotic mental health disorders (2015)*

15 RCT's zijn meegenomen.

De verschillen tussen de experimentele en controlegroepen zijn positief. Onder kunsttherapie valt o.a. drama, muziek en dans.

5. *The therapeutic effectiveness of creative activities on mental well-being: a systematic review of the literature (2011)*

11 studies zijn geïnccludeerd die alle gaan over een directe link tussen creatieve activiteiten, mentale gezondheid en mentaal welzijn.

Uitkomst: De studies suggereren positieve uitkomsten, maar het bewijs hiervoor is beperkt door onder andere het gebrek aan duidelijkheid over concepten als welzijn, mentale gezondheid en creatieve activiteiten.

6. *Art therapy in mental health: A systematic review of approaches and practices (2016)*

30 studies zijn geselecteerd. Gaat vooral in op wat voor aanpakken er zijn, hoe hier onderzoek naar wordt gedaan en hoe dit beter kan. Er staan veel referenties in.

7. *The value of the use of participatory arts activities in residential care settings to enhance the well-being and quality of life of older people: A rapid review of the literature (2014)*

26 databases zijn doorzocht, uiteindelijk 5 artikelen meegenomen.

Resultaat: Ondanks methodologische mankementen van de studies lijken de effecten positief.

8. *Music making for health, well-being and behaviour change in youth justice settings: a systematic review (2013)*

11 kwantitatieve en 5 kwalitatieve studies meegenomen. Sommige studies hebben methodologische zwakheden, maar over het algemeen lijkt het maken van muziek een belangrijke 'tool' die bijdraagt aan de gezondheid en preventie van criminaliteit bij jongeren.

9. *The effects of participating in creative activities on the health and well-being of children and young people: a review of the literature (2013)*

20 artikelen zijn geïnccludeerd in deze systematische review.

Uitkomst: Deelname aan creatieve activiteiten kan een positief effect hebben op de gezondheid en het welzijn van kinderen en jongeren.

10. *A Systematic Review of Music Therapy Practice and Outcomes with Acute Adult Psychiatric In-Patients (2013)*

98 studies zijn bestudeerd.

Uitkomsten: Veel studies hebben methodologische gebreken en kleine steekproeven. Alle projecten die een significant positief effect lieten zien, betroffen muzikale activiteiten van vier of meer sessies waarin actieve participatie centraal stond en een vorm van structuur aanwezig was.

11. *The impact of community-based arts and health interventions on cognition in people with dementia: a systematic literature review (2016)*

17 studies zijn geïnccludeerd in de review, gericht op 'literary, performing en visual art'. Uitkomsten: Veel kleine studies met gebrek aan controlegroep. Desalniettemin wordt gesuggereerd dat kunstgerelateerde activiteiten een positief effect hebben op cognitieve processen.



Wat

Waarom

Wie

Hoe

Literatuur

Bijlagen

12. *Creative therapy options for patients with dementia - A systematic review (2007)*

13 studies meegenomen.

De studies laten positieve effecten zien op de kwaliteit van het leven van de patiënten.

13. *The effect of creative psychological interventions on psychological outcomes for adult cancer patients: a systematic review of randomised controlled trials (2015)*

10 randomised controlled trials (RCT's) bestudeerd.

Uitkomsten: creative psychological interventions (CPI's) dragen bij aan de bestrijding van gevoelens van angst en depressie, aan coping, het omgaan met stress en boosheid, en aan de verbetering van de kwaliteit van leven. Er worden geen significante resultaten gevonden van CPI's op fysieke aspecten van kwaliteit van leven of fysiek functioneren.

14. *Music therapy for improving mental health problems of offenders in correctional settings: systematic review and meta-analysis (2016)*

Gaat niet alleen over muziek luisteren, ook over zelf maken van muziek en bijvoorbeeld improvisatie.

5 RCT's zijn geanalyseerd en de uitkomsten zijn o.a. dat muziektherapie kan bijdragen aan een betere mentale gezondheid van daders, maar dat de effecten van muziektherapie op angst en depressie afhankelijk zijn van het aantal sessies. De studies met 20 of meer sessies hebben een significant groter effect dan studies met minder dan 20 sessies. Er wordt geen significant effect gevonden tussen verschillende vormen van muziektherapie.

15. *Music practice and participation for psychological well-being: A review of how music influences positive emotion, engagement, relationships, meaning, and accomplishment (2015)*

Geen systematic review. Het artikel reviewt recente studies over psychologisch welzijn en muziek om de stelling te ondersteunen dat het uitoefenen van muziek positief kan bijdragen aan iemands welzijn. Uitkomst: Deze stelling wordt bevestigd door de resultaten uit de empirische studies.

16. *A Critical Interpretive Synthesis of the Literature Linking Music and Adolescent Mental Health (2016)*

Gekeken naar verschillende muzikale activiteiten. 33 studies zijn meegenomen in deze systematic review.

Resultaat: o.a. verschil in effect tussen actieve en passieve muzikale activiteiten.

17. *Review of the effect of music interventions on symptoms of anxiety and depression in older adults with mild dementia (2015)*

Systematic review van 10 studies.

De studies laten tegenstrijdige resultaten zien met betrekking tot de effectiviteit van muzikale activiteiten op symptomen van angst en depressie bij ouderen met een milde vorm van dementie. Deze tegenstrijdigheid wordt geweten aan de gebrekkige methoden van de studies.

18. *Music in mental health: Effectiveness of music therapy: a summary of systematic reviews based on randomized controlled trials of music interventions (2016)*

21 studies geanalyseerd.

Uitkomsten: muzikale therapie (ook het beoefenen met een



Wat

Waarom

Wie

Hoe

Literatuur

Bijlagen

instrument of zingen) verbetert het algemeen en sociaal functioneren bij schizofrenie en/of andere mentale ziekten, bestrijdt depressieve symptomen en verbetert de slaapkwaliteit.

19. Creativity and dementia: a review (2012)

De studie benadrukt het belang van tekenen en (het maken van) muziek om emoties te uiten.

20. Singing as an adjunct therapy for children and adults with cystic fibrosis (2014)

Review van 1 RCT.

Geen significante verschillen tussen de experimentele en de controlegroep in de kwaliteit van leven.

21. The effect of expressive writing intervention on psychological and physical health outcomes in cancer patients: a systematic review and meta-analysis (2015)

Analyse van 16 RCT's.

Uitkomst: De resultaten geven geen ondersteuning voor de effectiviteit van Expressive Writing Intervention (EWI) bij kankerpatiënten.

22. Effect of Expressive Writing Intervention on Health Outcomes in Breast Cancer Patients: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials (2015)

Analyse van 11 RCT's.

Uitkomst: De gecombineerde resultaten tonen een significant effect van EWI voor fysieke gezondheidsklachten op de korte termijn (<3 maanden). Geen significant effect op fysieke gezondheid na 3 maanden en geen significant effect op psychologische gezondheid.

23. Empirical foundations for writing in prevention and psychotherapy: Mental and physical health outcomes (1999)

Dit is een review van literatuur, niet systematisch.

Uitkomst: Schrijven over vervelende ervaringen kan mentale en fysieke gezondheid verbeteren. Onderliggende mechanismen worden besproken.

24. The Connection Between Art, Healing, and Public Health: A Review of Current Literature (2009)

Review van 19 studies naar de gezondheidseffecten van o.a. muzikale activiteiten en expressief schrijven.

Uitkomst: Bij de verschillende vormen van kunst zijn indicaties dat deze significante positieve effecten hebben op de gezondheid van deelnemers.

25. The Anxiety- and Pain-Reducing Effects of Music Interventions: A Systematic Review (2007)

Analyse van 42 RCT's naar de effecten van muziekinterventies.

Ongeveer de helft van de studies vindt een positief effect van Music Interventions op de mate van angst en pijn bij patiënten.



Kunst op Recept – Rapportage samenwerkingsmonitor

LKCA, Utrecht, maart 2019

Samenvatting

Binnen Kunst op Recept werken verschillende partijen in Nieuwegein samen: het kunstencentrum, een medisch centrum en een welzijnsorganisatie. Het doel van Kunst op Recept is om kunst en cultuur in te zetten om de positieve gezondheid van inwoners van Nieuwegein te bevorderen. Kunst op Recept is een pilot en dus vooral een leertraject. De pilot levert kennis op over de vraag of en hoe kunst kan bijdragen aan de positieve gezondheid.

Het LKCA monitort het samenwerkingsproces binnen Kunst op Recept. Hiervoor zijn in 2016 één en in 2018 twee interviewrondes gehouden. De centrale vraag bij de monitoring van de samenwerking is: wat is er nodig om de samenwerking binnen Kunst op Recept optimaal te laten verlopen?

Conclusies en aanbevelingen voor het samenwerkingsproces

De tips en aanbevelingen die alle geïnterviewden noemen, zijn:

- Neem de tijd om elkaar te leren kennen en te komen tot een gezamenlijk beeld van de inhoud.
- Spreek van tevoren duidelijk verwachtingen uit naar elkaar.
- Wees open over waar je staat en wat je kunt waarmaken.
- Deel successen meer met alle betrokkenen.

- Spreek mensen eerder aan op inbreng en vraag vooraf duidelijk commitment.
- Neem geen afwachtende houding aan als dingen niet lopen.: wees alert en trek aan de bel.
- Zorg voor een stabiele bezetting in de teams

Conclusies en aanbevelingen voor de (toekomstige) organisatie van de samenwerking

- De structuur van een stuurgroep en een projectgroep past bij een cross-sectoraal project als Kunst op Recept. Wel moeten de betrokken partijen heldere afspraken maken over wie zitting neemt in welke groep, welke rol elke groep heeft, en hoe de groepen zich tot elkaar verhouden.
- Ook binnen de projectgroep en stuurgroep afzonderlijk is het zinvol om het hierover te hebben: wie beslist wat, wie doet wat, welke rollen hebben de afzonderlijke leden van de projectgroep en van de stuurgroep?
- Het is ook wenselijk om een structuur te vinden voor samenwerking en contact tussen de uitvoerenden. Dat is nuttig om casussen te kunnen bespreken en om gezamenlijk activiteiten te ontwikkelen. Dit komt ook de verwijfsfunctie ten goede.
- Er moet genoeg tijd en ruimte vrijgemaakt worden voor het projectleiderschap.



Ook blijkt dat de betrokken organisaties het draagvlak, de overdracht en de back-up binnen hun organisatie niet altijd goed geregeld hebben. Wanneer iemand korte of lange tijd of permanent afwezig is, moeten samenwerkingspartners weten wie dan het aanspreekpunt is.

Conclusies en aanbevelingen voor de positie van Kunst op Recept binnen de gemeente

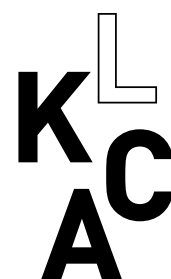
- Uit de interviews blijkt dat Kunst op Recept toegevoegde waarde heeft binnen het transformatieprogramma voor het sociaal domein in Nieuwegein. Er is veel kennis opgedaan die een plek moet krijgen binnen de reguliere structuren in Nieuwegein.
- De meesten geven aan dat ze Kunst op Recept, Welzijn op Recept en Bewegen op Recept als één geheel zien, dat past binnen de Transitieagenda Sociaal Domein van de gemeente. Dit betekent ook dat de gemeente een duidelijke rol moet krijgen bij Kunst op Recept: als verbinder, aanjager en financier.
- Een eerste stap is om met de betrokken organisaties en de gemeente om tafel te gaan en denkbeelden over de inhoud van Kunst op Recept met elkaar te delen. Om vanuit daar tot een gezamenlijk gedragen visie te komen. Waarbij ook goed gekeken wordt naar de verwijfsfunctie: wie verwijzen door? Welke mensen verwijzen we door? En wat hopen we dan teweeg te brengen bij deelnemers?
- Wat betreft de financiering is de suggestie om Kunst op recept zoveel mogelijk te financieren via reguliere structuren en financieringsstromen



Colofon

Kunst op Recept - De Handreiking is een uitgave van DE KOM – stadstheater en kunstencentrum en het LKCA (Landelijk Kennisinstituut Cultuureducatie en Amateurkunst).

Redactie: Angela van Dijk en Marjo Schlaman
Met medewerking van: Erik Asbreuk, Gineke Otter en Jeannette Smiesing
Eindredactie: Anita Hegeman
Vormgeving: Taluut, Utrecht
Basisvormgeving Kunst op Recept: Tomis, Utrecht



DE KOM { STADSTHEATER
KUNSTENCENTRUM

Uitgever

DE KOM, stadstheater en kunstencentrum
Postbus 525, 3430 AM Nieuwegein
030 605 57 97,
www.dekom.nl
LKCA (Landelijk Kennisinstituut Cultuureducatie en Amateurkunst)
Postbus 452, 3500 AL Utrecht
030 711 51 00
info@lkca.nl
www.lkca.nl

De pilot Kunst op Recept in Nieuwegein werd mede mogelijk gemaakt door financiële bijdragen van VSBfonds, Agis Innovatiefonds en de gemeente Nieuwegein.

VSBfonds,
iedereen doet mee

Agis
innovatiefonds

Nieuwegein

