

Rehabilitatie in de wijk: de weg naar Participatie



maart-april 2014

Lesdag 2

Annemarie Zijlstra



Overzicht lesdag 2 (1)

- Huiswerk bespreken
- Ervaringen buddy's

Overzicht lesdag 2 (2)

Verkrijgen en Behouden

- Vaardigheden
- Hulpbronnen

Huiswerk

- Hoe zijn jullie er mee bezig geweest?
- Wat waren jullie ervaringen?
- Wat ging goed?
- Wat kan beter?
- Waren er knelpunten of onduidelijkheden?
- Schema participatie route?

Ervaring met buddy's

Uitwisselen in groepjes van 4 à 5

Kort rapporteren in groep

Combi van zorg, welzijn en gemeenten

Groepjes → straks praktijk uitwisseling

Vaardigheden

VOORBEELDEN

van vaardigheden in de wijk/dorp/stad

Vaardigheden

- (Doe) werkwoord
- Zichtbaar (meestal)
- Je kunt het iemand *leren*
- Maakt iemand onafhankelijk(er) van hulp
- Vergroot zelfstandigheid en zelfredzaamheid
- Vergroot empowerment en eigen kracht
- In Nederland: (tot nu toe) meer aandacht voor steun en hulpbronnen

Vaardigheden

Eisen omgeving expliciet – impliciet <i>die er echt toe doen</i> (succes)	Wat wil persoon zelf (tevredenheid)
Waar moet iemand aan voldoen, wat moet iemand kunnen, wat moet in orde zijn omdat het anders mislukt	Vaak op te sporen vanuit een nare ervaring: wat wil iemand kunnen, ook al is het geen eis
voorbeeld	voorbeeld
Je mening geven, een opdracht uitvoeren, op feedback reageren	Een praatje maken in de pauze, een rondje geven

Defening

werkblad 1

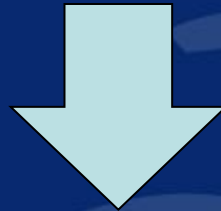


Pauze

Vaardigheden

Verskil tussen:

Niet kunnen



Niet doen (toepassen)

Veel voorkomende hindernissen

- 1 gebrek aan zelfvertrouwen
- 2 gebrek aan hulpbronnen

Defening

werkblad 2

Vaardigheden

Wat <u>kan</u> iemand al?	Wat <u>moet</u> iemand nog leren?
Een planning maken 	Je mening geven 
Een opdracht uitvoeren 	
	Wat <u>wil</u> iemand nog leren?
	Een praatje maken 

Lunchpause



Verkrijgen en behouden

Burgerrol + omgeving

(van eigen voorkeur/keuze)

Vaardigheden + Hulpbronnen

Eigen
kracht

Mantelz./soc. netwerk

Vrijwilligers

Professionele
ondersteuning

Succes + Tevredenheid



HULPBRONNEN

- Mensen, afspraken/activiteiten, dingen
 - Vormen van steun
 - Maken afhankelijk (= feit, geen oordeel)
 - Steun van mantelzorgers, vrijwilligers of professionals
 - Betrokkene heeft inbreng bij keuze
 - Erkend door de betrokkene!
 - Passend bij betrokkene
- *Niet vóór iemand bedenken, maar mét*

HULPBRONNEN

mensen	activiteiten / afspraken	dingen
Iemand die me uitlegt hoe.....	Wekelijks belt een vrijw. coördinator mij op om.....	Een agenda waarin ik afspraken opschrijf
Iemand die me ophaalt om.....	Ik kan elk uur even 5 min een sigaretje roken	Een mobiele telefoon waarmee ik appjes ontvang
		Een fiets waarmee ik naar X rijd

Defening

werkblad 3

Hulpbronnen

Wat hebben we tot nu toe gedaan?

Bepaald wat aan steun nodig is in algemene zin

Wat komt hierna?

Brainstormen wie of wat de hulp gaat bieden in concrete zin;

Bij *Mensen*:

1. Mantelzorgers, persoonlijk netwerk
2. Vrijwilligers
3. Professionele hulp

Inhoud netwerk

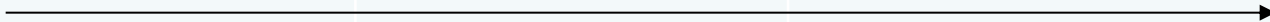
Persoonlijk netwerk?	Vrijwilliger?	Professional?



**Brainstorm over
welke personen
in
aanmerking
komen
om de steun
te bieden**

Voorbeeld *mensen*

Iemand die mij herinnert aan.....			<u>Keuze?</u>
Persoonlijk netwerk	Vrijwilliger	Professional	
Vriendin, moeder, collega, buurman	Piet van buurthuis de Stiep	nvt	Vriendin = praktisch
Iemand die met mij doorspreekt hoe....			
	nvt	Begeleiders Bram, Joop en Anja van het sociale wijkteam	Bram, want die snapt mij
		Begeleider Inloop Frits	NIET. Is te betuttelend
Vriendin			Lukt soms wel soms niet



Defening

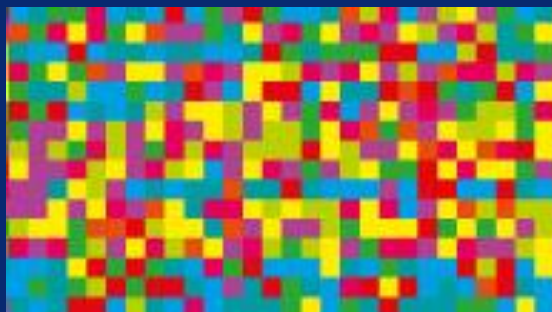
werkblad 4



Pauze

Hulpbronnen: kwartiermaken

Ruimte maken in de wijk voor
kwetsbare burgers



**Kwartiermakers
van de toekomst**

3 stappen

- 1 Wat zijn de sterke kanten van de persoon?
- 2 Verdiep je in de positie van de mogelijke steunbieder
- 3 Maak afspraken

Sterke kanten persoon

- Waarom wil de persoon dit zo graag?
- Wat kan hij/zij goed?
- Positieve, kenmerkende karaktertrek(ken)
- Betekenis van de activiteit in diens leven
- Wat kan hij/zij zelf bijdragen ?
- Zoek naar *overeenkomsten* tussen de steunbieder en de persoon

Verdiep je in de steunbieder

- Welke motivatie heeft hij/zij om steun te bieden aan de persoon?
- Wat verwacht hij/zij van het contact met de persoon?
- Zijn er situaties of andere dingen waar hij/zij tegenop ziet?
- Wat heeft hij/zij nodig van het sociaal wijkteam?
- Zijn er dingen die hij/zij echt niet wil?
- Hoe spreken we af contact te houden?
- Zijn er andere zaken die overeengekomen moeten worden?
Bijv. financiën, altijd telefonisch bereikbaar zijn, etc.

Afspraken maken

- Reële risico's/knelpunten benoemen en oplossingen afspreken
- Afspreken hoe wat wanneer en waar
- Contactgegevens uitwisselen
- Afspraken maken over de wijze van kennismaking/gewenning/steun daar bij/overige zaken

Defening

werkblad 5

Terugblik dag 2

- Lesstof
- Reacties
wat neem je van deze dag mee?

Dagdeel uitwisselen praktijk

Doe met een cliënt / burger uit je eigen werkomgeving onderdelen uit verkennen, kiezen, verkrijgen en/of behouden

Beoordeel waar iemand “zit” en beargumenteer je keuze. (mbv de participatie route)

Noteer voor jezelf je ervaringen en je vragen in een logboekje.

Neem het logboekje mee naar de volgende bijeenkomst en bereid enkele vragen en opmerkingen voor de bespreking en discussie voor.

Hartelijk dank voor jullie aandacht



a.zijlstrarehab@gmail.com



06 24 98 05 73

