
Impuls - Onderzoekscentrum maatschappelijke zorg



Over meedoen en erbij horen

Judith Wolf | 30 maart 2017

Gedreven door kennis, bewogen door mensen

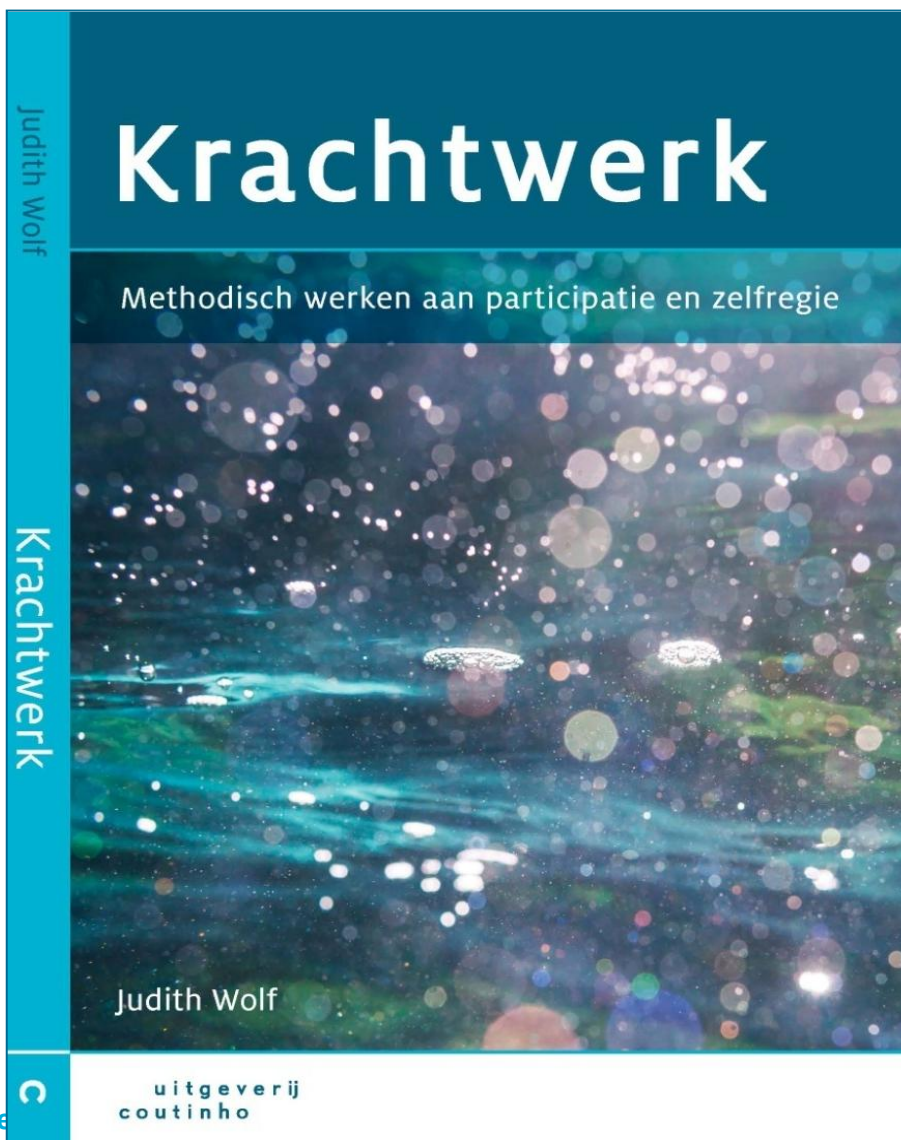
Radboudumc

‘Ik heb daar helemaal geen verwachting van, dat doe ik niet meer. Als je er met zoveel verwachtingen heen gaat, zijn er zoveel dingen waarin jij je eigen teleurstelt.’

Breuken in levens van mensen (Wolf, 2002)

- **In handelingsvermogen:**
 - Vertraagd leren, afname motivatie, inactiviteit
 - Aantasting vermogen tot kritische zelfreflectie
- **In relaties en binding:**
 - Inburgering in uitsluitingsculturen
 - Verlies van loyaliteit aan gemeenschap
 - Onvoldoende toegang tot bronnen en rechten
- **In zelfbeeld en identiteit:**
 - Omslagen in biografie: 'de ander'
 - Lage zelfwaardering

‘Ja, je komt op een punt dat je nergens meer bij hoort. Je hoort niet meer bij die groep, maar je hoort ook niet bij de normale mensen.’



Impuls - Onderzoek



Mensen in achterstandssituaties

- Krachtwerk wordt ingezet voor een verscheidenheid aan mensen met (combinaties van) problemen en participatieachterstanden, waar zij zich ook bevinden – thuis, in een voorziening of kliniek of op straat.
- Combinaties van (problemen in zelfregulering):
 - **emotionele en/of gedragsproblemen**: angst, somberheid, moeite met het controleren van eigen impulsen
 - **fysieke problemen**: ziekten en lichamelijke beperkingen
 - **sociale problemen**: relatieconflicten, geweld, opvoedingsproblemen, eenzaamheid, burenoverlast
 - **materiële tekorten**: schulden, financieel niet kunnen rondkomen.

“Krachtwerk helpt bij het versterken van iemands vermogen tot zelfregulatie, vooral door te onderzoeken waartoe mensen intrinsiek zijn gemotiveerd en door te werken aan wat voor hen van waarde is voor hun huidige en toekomstige bestaan.” (Wolf, 2016)

Krachtwerk: principes en pijlers

Zes principes van Krachtwerk

cliënten hebben
het vermogen te
herstellen

focus op
krachten

client is regisseur

werkrelatie is
essentieel

werken in eigen
omgeving

gemeenschap als
hulpbron

Drie pijlers van Krachtwerk:

1. Hoop
2. Zelfregulering
3. Burgerschap

Hoop: beschermende en helende factor (Snyder, 2000)

- 1) Weet hebben van je eigen waarden en lange termijn doelen
(pathway thinking)
- 2) Vertrouwen dat je de doelen kunt realiseren
(agency thinking)

Zelfregulatie

Inspanningen van mensen om hun emoties, cognities, motivaties en gedragingen te controleren en aan te passen in het licht van voor hen belangrijke doelen. (De Ridder & De Wit, 2006)

Werkzame, mechanisme voor verandering, voor herstel

Burgerschap en afgeleide methodische uitgangspunten

- Wederkerigheid in de relatie: sturen en gestuurd worden
- Rechten, ook plichten en verantwoording afleggen
- Serieus nemen én aanspraken ter discussie stellen
- Respect en acceptatie, maar ook confrontatie

Werken aan participatie en zelfregie (© Wolf, 2017)



Versterkers van participatie en zelfregie (© Wolf, 2017)



Krachtgericht begeleidingstraject: drie delen | zeven basistaken

Focusbepaling

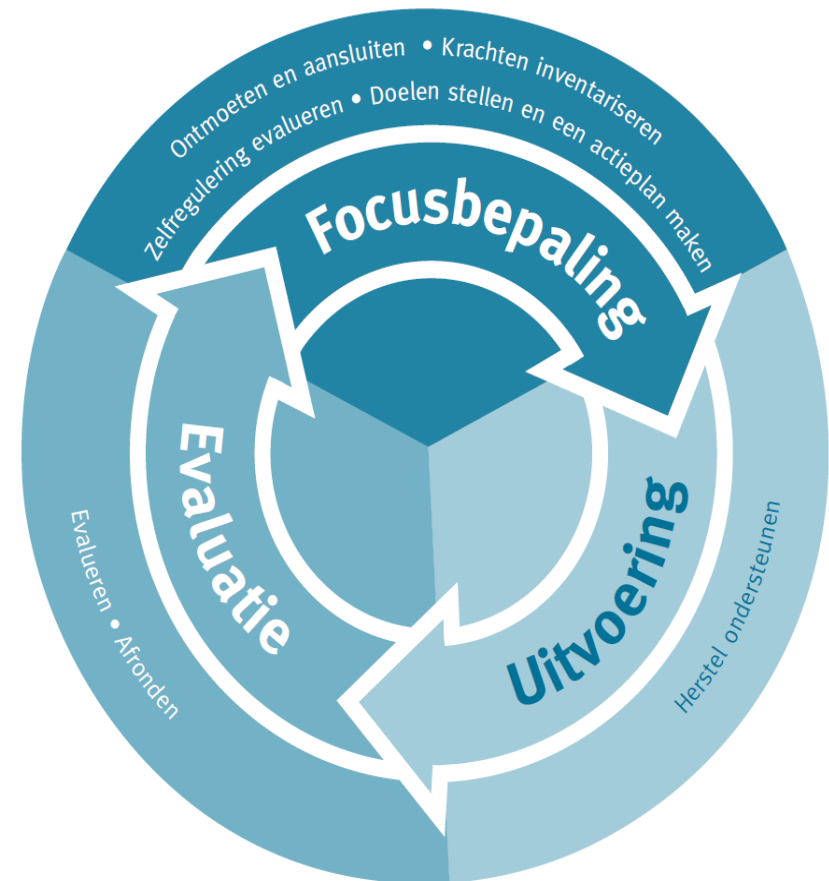
Ontmoeten en aansluiten
Krachten inventariseren
Zelfregulering evalueren
Doelen stellen en actieplan maken

Uitvoering

Ondersteunen van herstel

Evaluatie

Evalueren
Afronden



Werkblad krachteninventarisatie

Naam:		
Naam begeleider:		
Datum:		
Verleden Welke krachten, mogelijkheden, talenten en hulpbronnen heb ik in het verleden gehad?	Heden Welke krachten, mogelijkheden, talenten en hulpbronnen heb ik nu?	Toekomst Wensen en ambities: wat wens en hoop ik voor de (nabije) toekomst?

Wie en wat?

<u>Wonen</u> 
--

Tien leefgebieden

<u>Geld en inkomen</u> 
--

Ik vind het belangrijkste:	omdat:
1	
2	
3	
4	
Ik wens voor mijn toekomst:	

Meest belangrijk

Evaluatie van zelfregulatie: executieve functies

(Krachtwerk: p.150)

- Nadenken voor je iets doet; controleren van eigen impulsen
- Informatie vasthouden in geheugen tijdens complexe taken
- Reguleren van emoties om doelen te realiseren, taken te voltooien en gedrag te controleren
- Aandacht bij de uitvoering van taken houden
- Zelf taken beginnen, op tijd en op efficiënte wijze
- Plannen voor realiseren van doel, voltooien van taken, incl. prioriteren
- Volgens systematiek dingen arrangeren en ordenen
- Doel formuleren en realiseren, niet van de wijs laten brengen
- Plannen kunnen herzien als omstandigheden daarom vragen
- Stapje terug kunnen doen: zelfevaluatie, reflectie op eigen regulering

Een actieplan (©Wolf)

Naam: Mitchell
Naam begeleider: Vivian
Datum: 19-02-2016

Mijn langetermijndoel is:

een eigen huis in Lent of Wijchen waar ik rustig kan wonen.

Dit doel wil ik bereiken omdat:

ik graag een plekje voor mijzelf wil waar ik tot rust kan komen.

Acties	Door wie?	Wanneer kan actie klaar zijn?	Wanneer was actie klaar?	Opmerkingen
Ik kijk elke dag op internet of er een geschikte woning is in Lent of Wijchen.	Mitchell	Tot ik een woning heb gevonden.		
Ik bel mijn broer om te vragen of hij met me meegaat naar de woningbouw.	Mitchell	25-2-2016	26-2-2016	Mijn broer wil wel met mij mee.
Ik ga met mijn broer naar de woningbouw om te vragen of ze mij kunnen helpen bij het krijgen van een woning in Lent of Wijchen.	Mitchell en Dylan	1-3-2016	3-3-2016	Dylan ging met mij mee. Ik heb mij kunnen inschrijven en krijg nu elke week per mail het aanbod.

*‘Het is soms heel moeilijk als ze niks geven van zichzelf om die opening te blijven zien. Als ik niet in die weerstand schiet is het misschien bij die cliënt wel de opening om eindelijk een keer open te gaan.’
(werker)*

Vakbekwame, effectieve werkers

Toerusting:

- Hoop en perspectief bieden
- Wederkerigheid in werkrelatie
- Er op af
- Contextuele benadering
- Bestaansvoorwaarden, gezondheidsbevordering en veerkracht

Een partner in netwerkzorg rondom cliënt

Toetsing van kwaliteit & professionaliteit!

Taken van werkers bij basisbehoeften van cliënten

Ontwikkel competenties	Versterk autonomie	Ondersteun verbindingen
Help cliënten eigen doelen te formuleren die raken aan eigen zingeving	Vermijd dwang	Stel je open op, toon empathie
Geef positieve feedback	Help betekenisvolle onderbouwing te ontwikkelen om met doelen aan de slag te gaan	Exploreer wat cliënt bezighoudt
Ondersteun zelfregulering	Help externe controle minimaliseren	Laat merken dat je de situatie van de cliënt begrijpt
	Geef mogelijkheden voor keuze en participatie	Vermijd oordelen en schuld
	Erken twijfels bij aangaan moeilijke taken	Wees betrouwbaar en vertrouwenwekkend
		Investeer oprecht in relatie (Markland et al., 2005)

‘Ik had een negatief zelfbeeld. Op den duur ga je geloven wat ze allemaal over je zeggen. Nu is dat anders ...

Ik heb ontdekt dat ik goed voor mezelf kan opkomen en heel sociaal ben ingesteld. Ik weet nu dat ik zelf keuzes kan maken en dingen kan bereiken.

Ik stel zelf vragen over wat ik met mijn toekomst wil en hoe ik daarvoor kan zorgen.’ [Cliënt]

Impuls - Onderzoekscentrum maatschappelijke zorg

Radboudumc

Impuls - Onderzoekscentrum maatschappelijke zorg

Geert Grooteplein 21

6525 EZ Nijmegen

T 024 – 361 43 65

E info@impuls-onderzoekscentrum.nl

I www.impuls-onderzoekscentrum.nl

Radboud universitair medisch centrum

