

LESBRIEVEN NAOBERZORG



Inhoudsopgave

Pagina

Voorwoord

Inleiding

Lesbrief 1a: Inzet eigen kracht

Lesbrief 1b: Zelfregie

Lesbrief 2a: Er zijn

Lesbrief 2b: Er op af

Lesbrief 3a: Korte lijnen

Lesbrief 3b: Informele en formele zorg

Lesbrief 4a: Vrijwillig, niet vrijblijvend

Lesbrief 4b: Beroepskracht, niet vrijblijvend

Lesbrief 5a: Samenwerking

Lesbrief 5b: Integrale samenwerking

Lesbrief 6a: Ruimte voor talent

Lesbrief 6b: Ruimte voor experiment

Lesbrief 7a: Zorgpad

Lesbrief 7b: Zorgnetwerk

Lesbrief 8a: Vragen stellen

Lesbrief 8b: De vraag achter de vraag

Lesbrief 9a: Experimenteeruimte

Lesbrief 9b: Kaders en bijsturen


Lesbrief 10a: Beursvloer- ruilen

Lesbrief 10b: Beursvloer- bieden en aanbieden

Literatuur

Begrippenlijst

Lesbrief 1a: Inzet eigen kracht (deelnemer)



Ad. 1: Inzet eigen kracht

- Ik wil zo lang mogelijk thuis in mijn eigen omgeving wonen
- Ik regel mijn ondersteuning zelf in mijn eigen netwerk
- Ik ben stuurman van mijn eigen leven

Ik heb nodig:

- Ondersteuning - flexibel en dicht bij huis
- Actuele kennis en netwerk
- Training op maat (bewustzijnsgroei)

Inzet eigen kracht

INLEIDING

*Elk individu wil voor zichzelf kunnen zorgen. Mensen verlangen (on)bewust naar meer levensvreugde, naar een goed en zinvol leven. Levenskunst gaat over (het hervinden van) levensvreugde en zelfregie gaat uit van de eigen kracht en mogelijkheden, om **het leven te leren leven**. Over het stuur van je leven in handen hebben en houden. Beiden thema's gaan over zingeving, balans, compassie en het leren omgaan met verandering. Levenskunst en zelfregie is niet zo ingewikkeld, simpel omdat het over jou en mij gaat (Praktijk de Spiegelaar 2010).*

Ieder mens heeft kwaliteiten. Soms zijn de beperkingen van mensen meer zichtbaar waardoor de kwaliteiten uit het zicht raken. In de snelheid van het leven kijk je vaak niet twee keer: de eerste indruk blijkt vaker uitgangspunt voor vertrek.

Mensen worden dan te veel op hun beperkingen aangesproken en te weinig op hun kwaliteiten.

Ieder mens wil perspectief; het geeft richting, het geeft hoop. Perspectief heeft aspecten van zingeving, van sociale contacten en van werk. De meeste mensen leven niet om te werken maar hebben het werk wel nodig voor een zinvolle wijze van leven.

Om perspectief te kunnen bieden moet je in het mens tot mens contact soms een ander perspectief kiezen om een ander zicht op mensen te krijgen; het zicht op kwaliteiten die waarschijnlijk ergens in de schaduw staan van beperkingen. Om te komen tot volwaardig burgerschap en participatie is het nodig dat er een ander perspectief wordt ingenomen t.o.v. kwetsbare burgers.

"Het zoeken naar zingeving kan alleen plaatsvinden vanuit mensen zelf. Alleen mensen zèlf kunnen betekenis geven aan het leven dat hen is gegeven en deze betekenissen met anderen uitwisselen om gezamenlijke waarden te vinden. Sommigen menen het geluk te vinden in plezier en genieten: 'het leven is een gift, maak er gebruik van, waardeer het en geniet ervan'. Bij anderen staat zelfverwerkelijking voorop: de poging om alle mogelijkheden die men heeft te ontwikkelen door meer volledig mens te worden. Weer anderen vinden hun zin in creativiteit en ervaren van schoonheid: dingen op een fantasievolle en spontane manier tot leven brengen. Of men zoekt de zin in maatschappelijke idealen: dat mensen elkaar helpen en van de maatschappij een plek maken waar mensen kunnen wonen. Agogische professionals kunnen sociale leersituaties creëren, waarin individuen en groepen worden ondersteund in hun zoeken naar persoonlijke en maatschappelijke zingeving, d.w.z. in het zoeken naar persoonlijke en gemeenschappelijke waarden die niet alleen op de persoon zelf maar ook op de maatschappij betrekking hebben."

Gerard Donkers, 2007

PROGRAMMA

Er even inkomen

Lefje: Mensen ontmoeten

Zeg tot uzelf bij het aanbreken van de dag:

Vandaag zal ik allerlei mensen ontmoeten, de bemoeial, de ondankbare, de onmatige, de bedrieger, de afgunstige, de eenzellige. Ze werden zo omdat zij goed niet van kwaad kunnen onderscheiden. Maar ik heb de natuur van goed en kwaad doorgrond en gezien dat het ene vol schoonheid is en het andere afschuwwekkend. Bovendien heb ik de natuur van de zondaar doorgrond en ontdekt dat wij verwant zijn, niet omdat wij van hetzelfde bloed of hetzelfde zaad zijn, maar omdat wij deel hebben aan de geest en de goddelijke vonk. Ik kan door geen van hen gekwetst worden, want wat lelijk is, bindt mij niet.

Ik kan niet boos worden op mijn naaste of hem haten, want wij zijn tot bestaan gekomen om samen te werken, zoals de voeten, de handen, de oogleden en de boven- en ondertanden. Daarom is het in strijd met de natuur om elkaar tegen te werken, en dat doen wij door ons aan elkaar te ergeren en afkeer van elkaar te hebben.

(gedachten van Marcus Aurelius Antonius (121-180))

In het moment komen en waar wil je zijn na de bijeenkomst

Leerdoel: zelfontplooiing en ont-moeten.

Ervaren

Taal en cultuur als leerervaring, met andere woorden: als je onderdeel van de lokale gemeenschap wil zijn is het belangrijk dat je aansluit bij de cultuur en de taal die er heerst. De uitdaging is: Hoe doe je dat dan?

Werkvormen

Leer en ervaar 'De Ijsberg'

Doen vanuit Zijn

Vergeving C. Tipping

EKR

Inzicht in talenten (VL&V)

Voorbeelden delen

Beschrijf een praktijkvoorbeeld (een succes en een misser) waarin mensen elkaar ontmoeten. Wat heb je zelf nodig? Benoem succes- en faalfactoren.

Afronding

- Evaluatie/feedback: wat nemen we mee naar huis
- Wat gaan we er thuis mee doen (huiswerk)
- Hoe veranker je het thema van deze lesbrief?

Lesbrief 1b: Zelfregie (professional)


Zelfregie en eigen kracht/familiezorg

Ad. 1: Kijk op zelfregie en eigen kracht/familiezorg

- Ik ondersteun de burger waar ik dat kan
- Ik organiseer mee aan het netwerk
- Ik faciliteer door mijn aanwezigheid en aanbod

Ik heb nodig:

- Draagvlak en faciliteiten vanuit mijn organisatie
- Kennis en inzicht in mijn eigen professionele netwerk (en aanbod)
- Inzicht in lokale informele (aanbod) sociale kaart



INLEIDING

Beweging is de ziel van alle dingen (Auguste Rodin)

Zelfregie betekent dat mensen zelf de verantwoordelijkheid krijgen en nemen over de inrichting van hun eigen leven. Het gaat om eigen kracht, drijfveren en motivatie, zeggenschap over je eigen leven en interactie met je eigen sociale netwerk. In veel gevallen met ondersteuning van professionele hulpverleners. Doel van dit alles is participatiebevordering en activering.

Zelfregie heeft grote gevolgen voor de rol van professionele hulpverleners en instellingen. Zij moeten 'zelfregieversterkend' gaan werken. Dit vraagt om een omslag in denken, houding en handelen. Hulpverleners krijgen een coachende rol. Zij laten meer ruimte voor cliënten, zodat deze zelf beslissingen nemen en activiteiten ontplooiën.

Om mensen tot zelfregie te stimuleren zal de professional goed moeten aansluiten op initiatieven en mogelijkheden (in plaats van op de onmogelijkheden) van mensen. Samen staan voor dienstverlening vanuit het hart, om vanuit dát perspectief naar de werkelijkheid te durven kijken. Ervaringen binnen verschillende projecten leren dat hernieuwde **bezieling** in werk, woon en leefomgeving tot een grotere betrokkenheid van mensen leidt.

Vanuit een holistische benadering streven naar een andere cultuur die is gebaseerd op een mensvisie van binnenuit. We hoeven alleen maar oplettend te zijn en te luisteren naar wat ons wordt meegedeeld. De visie op 'de kunst van het leven' geeft daarbij een vernieuwende invulling aan een levenshouding en kijk op de wereld van gezondheid en welzijn. Door ons ten volle bewust te zijn van de voortdurende wisselwerking tussen vraag en aanbod, zullen andere relaties ontstaan.

In de praktijk zal blijken welke betekenis de toepassing van dit 'ervaringsconcept' heeft. Een andere denk- en werkwijze of levenshouding van mensen en/of organisaties?

Wij willen een omgeving creëren voor (kwetsbare) mensen, waarin vooral de kwaliteiten van deze mensen gezien en benut worden. Dit vraagt om mensen die in staat zijn om een ander perspectief in te nemen naar kwetsbare mensen. Maar ook om aanbod en producten waarin (kwetsbare) mensen 'verleid' worden om voorbij hun beperkingen te gaan en –onvermoede– kwaliteiten in te zetten.

De mogelijkheid voor een passend arrangement voor alle inwoners, met of zonder beperking. Of in het bijzonder voor mensen die ver van het arbeidsproces zijn afgeraakt, bijstandsgerechtigden, om het vizier te richten op perspectief: via zingeving naar werk of dagbesteding. Dit vraagt van iedereen een radicale verandering in ons bewustzijnsniveau. Een andere grondhouding!

Het is voor de professional de taak om een nieuwe taal te leren verstaan, mede te creëren en een nieuwe invulling van wat 'ons mens-zijn' betekent. Af te stemmen op wat ieder mens beweegt, weten wat mensen drijft of hun verlangen is.

Professionals prikkelen en dagen elkaar en hun organisatie uit om met elkaar in dialoog te gaan en in contact te blijven. Stellen het mentale welzijn van burgers centraal, met als hoger doel om mee te bouwen aan een betere en warmere "zorg- samen- samenleving".

PROGRAMMA

Er even inkomen

Wie of wat zijn jouw grote voorbeelden, drijfveren? Sigmund Freud beschreef in zijn werk dat het gedrag van mensen voortvloeit uit hun overtuigingen en dat die weer ingekleurd zijn door hun drijfveren. De Amerikaanse psycholoog dr. Clare Graves heeft deze theorie uitgewerkt en onderscheidt zeven waardenstelsels en bijbehorende drijfveren. In onderstaande tekening is te zien om welke drijfveren het gaat. Iedere drijfveer heeft een eigen kleur gekregen.

We gaan met elkaar op zoek naar ieders drijfveren en bezien of de drijfveren ons kunnen helpen bij het stimuleren van zelfregie.

In het moment komen en waar wil je zijn na de bijeenkomst?

Leerdoel

Leren werken met 'De Mobiel – Koers zetten op een Hoger Plan', A. Pastors 2012

Ervaren

Teken je eigen levenslijn, de ups en downs en geef aan hoe je uit eigen kracht hier doorheen bent gelaveerd. Hoe bewust ben jij van je eigen talenten en vaardigheden?

Ken je eigen patronen en valkuilen?

Werkvormen

Checklist Leerstijlen van Kolb

Doen vanuit ZIJN

Pro-actieve houding (VL&V)

Voorbeelden delen

Om deze nieuwe rol in een onvoorspelbare samenleving goed te vervullen moeten hulpverleners beschikken over de juiste competenties. Zij moeten bijvoorbeeld durven vertrouwen op de vaardigheden en het beslissingsvermogen van de cliënt, leren coachen, doorvragen en helpen drijfveren te verwoorden. Ze moeten ook zelf de ruimte krijgen om zelfregieversterkend te werken. Daarvoor is van belang dat ook de betrokken gemeenten en maatschappelijke organisaties een omslag maken. Er bestaan beslist voorbeelden uit jullie werkpraktijk die hiervan getuigen. Beschrijf succes- en faalfactoren.

Afronding

- Evaluatie/feedback: wat nemen we mee naar huis
- Wat gaan we er thuis of op het werk mee doen (huiswerk)
- Hoe veranker je het thema van deze lesbrief.