

# ***Families First voor licht verstandelijk gehandicapten***

***Richtlijnen en technieken voor het werken met de gezinnen***

# ***Families First voor licht verstandelijk gehandicapten***

***Richtlijnen en technieken voor het werken  
met de gezinnen***

Tirza Jochemsen  
Marianne Berger

NIZW



NIZW, Utrecht  
september 2002

© 2002 Nederlands Instituut voor Zorg en Welzijn / NIZW  
Niets uit deze uitgave mag worden vermenigvuldigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm  
of op enige andere wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming

Deze uitgave werd mede mogelijk gemaakt door middel van een financiële bijdrage van het ministerie van  
Volksgezondheid, Welzijn en Sport, directie Gehandicaptenbeleid.

**Auteurs**

Tirza Jochemsen  
Marianne Berger

**ISBN** 90-5957-003-0

**NIZW-bestelnummer** E 23096

Deze publicatie is te bestellen bij:  
NIZW Uitgeverij  
Postbus 19152  
3501 DD Utrecht  
Telefoon (030) 230 66 07  
Fax (030) 230 64 91  
E-mail Bestel@nizw.nl  
Website www.nizw.nl



## **VOORWOORD**

Sinds Families First voor licht verstandelijk gehandicapten in 1998 in Nederland van start is gegaan, is er door gezinsmedewerkers en andere beroepskrachten veel kennis opgedaan over en ervaring opgedaan met de specifieke doelgroep. Bij de aanvang van de pilots was er binnen Families First niet veel onderbouwde kennis voorhanden over het werken met de Families First-methodiek in gezinnen met een licht verstandelijk gehandicapt gezinslid. Wat de methodiek betreft is toen uitgegaan van de basismethodiek van Families First (Berger en Spanjaard 1996). Tijdens de pilots is de methodiek verder ontwikkeld ten behoeve van Families First voor licht verstandelijk gehandicapten (Families First-LVG) (Beumer, Jagers e.a. 2000). Dit heeft onder andere geresulteerd in de workshop *Het werken met moeilijk lerende kinderen* (Beumer 2001).

Nog steeds staan de ontwikkelingen in het veld niet stil. In contact met licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden wordt kennis verder uitgebreid en worden nieuwe methodische ideeën opgedaan en toegepast. De aanleiding voor het maken van deze uitgave is de gedachte dat deze waardevolle informatie beschikbaar moet zijn voor alle Families First-LVG-gezinsmedewerkers en teamleiders, ter ondersteuning van hun werkzaamheden in het gezin. Door op deze wijze kennis en methodische ideeën te bundelen, wordt beoogd een bijdrage te leveren aan het bevorderen van de effectiviteit van Families First-LVG in Nederland. Deze handleiding vormt een aanvulling op de methodiek van Families First en is te gebruiken in de hierboven genoemde workshop.

Ten behoeve van de informatieverzameling zijn vragenlijsten gestuurd naar de vijf teams die in het najaar van 2001 al enige tijd ervaring hadden met Families First-LVG: OC Amstelmonde te Uithoorn en Middelveld te Amsterdam gezamenlijk, OC Cunera in samenwerking met Hulp aan Huis Haaglanden te Den Haag, OC Jan Pieter Heije te Oosterbeek in samenwerking met Jeugdzorg Nijmegen, OC de Eik te Oldenzaal in samenwerking met Hulp aan Huis Twente en OC de Dreei te Leeuwarden in samenwerking met Hulp aan Huis Drenthe. Deze vragenlijst had vooral betrekking op methodische aanpassingen en vernieuwingen die ontwikkeld zijn door beroepskrachten uit de praktijk. Daarnaast zijn de vijf teams bezocht tijdens teamvergaderingen en is er meegedacht door Families First-LVG-teamleiders en interne projectleiders op de gezamenlijke landelijke bijeenkomsten.

Onze oprechte dank gaat uit naar alle gezinsmedewerkers, teamleiders en interne projectleiders van hierboven genoemde instellingen voor het invullen van de vragenlijsten, de enorme gastvrijheid, het meepraten en meedenken tijdens de teamvergaderingen en Families First-LVG-dagen en de autoritjes van en naar stations.

Utrecht, juni 2002

Tirza Jochemsen  
Marianne Berger



# Inhoudsopgave

Voorwoord .....	5
Inleiding.....	9
1 Kenmerken van licht verstandelijk gehandicapten.....	12
1.1 Cognitief vermogen .....	12
1.2 Emotionele gesteldheid .....	14
1.3 Sociaal netwerk.....	16
1.4 Motorische ontwikkeling .....	17
1.5 Communicatie .....	18
2 Richtlijnen voor het werken met licht verstandelijk gehandicapten.....	20
2.1 Inleiding.....	20
2.2 Visie.....	20
2.3 Concrete richtlijnen.....	22
2.3.1 Cognitief vermogen .....	22
2.3.2 Emotionele gesteldheid .....	25
2.3.3 Sociale vermogens .....	26
2.3.5 Communicatie .....	28
2.4 Een circulair proces.....	28
3 Technieken en hulpmiddelen in het werken met licht verstandelijk gehandicapten.....	30
3.1 Verzamelen en analyseren van informatie, stellen van doelen.....	30
3.2 Technieken voor het aanleren van sociale vaardigheden.....	34
3.4 Technieken voor het aanleren van vaardigheden voor het omgaan met emoties.....	41
Literatuur en websites.....	44
Bijlagen.....	46
Bijlage 1 Aangepaste doelkaarten .....	48
Bijlage 2 Een gewone dag .....	53
Bijlage 3 Duimenkaarten .....	57
Bijlage 4 Schema 'Hoe laat, wat, wie' en pictogrammen.....	59
Bijlage 5 Stoplicht en eerstehulpkaart.....	63
Bijlage 6 Adressen.....	65





## INLEIDING

*Zelf aan het woord*

*Wist je dat jij in al die jaren met een handicap best in staat bent om dingen te doen die anderen niet beheersen? Heb je er wel eens bij stil gestaan dat jij dingen kunt die anderen niet snappen. En dat jij weet wat daarvan de reden is. De reden daarvan is dat ik, als alles goed uitgelegd en voorgedaan wordt, het in mijn eigen tempo en op mijn eigen manier ook best kan leren. Er zijn mensen die dit niet begrijpen. Dat is ook een vorm van een handicap!! Want jij beheerst jouw gaven wel en begrijpt hoe dat komt. Maar wanneer je ontdekt dat je een gave hebt die verborgen was moet dat opnieuw worden bekeken. En als dat opnieuw moet worden bekeken ben je een doel voor de wetenschap. Deze wetenschap wil dan er achter komen waardoor jouw gaven interessant en de moeite waard kan zijn.*

*Theo van Leur (op [www.zetnet.nl](http://www.zetnet.nl))*

### HET DOEL VAN DEZE HANDLEIDING

De module Families First voor mensen met een licht verstandelijke handicap (in deze publicatie voortaan Families First-LVG) functioneert sinds 1998 succesvol in diverse regio's in Nederland. Sinds de start met de methodiek van Families First Regulier hebben gezinsmedewerkers en andere beroepskrachten in de praktijk verscheidene inspirerende aanpassingen en ideeën toegepast in hun methodiek in het werken met licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden. Deze informatie is echter nog niet voor ieder Families First-LVG-team beschikbaar.

Alle aanpassingen in de Families First-methodiek die geschikt en stimulerend zijn voor licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden zijn verzameld, opnieuw bekeken op grond van literatuuronderzoek en gebundeld. Het resultaat is deze handleiding, waarmee beoogd wordt een bijdrage te leveren aan het bevorderen van de effectiviteit van Families First-LVG in Nederland.

### WAT IS DE DOELGROEP VAN FAMILIES FIRST-LVG ?

Licht verstandelijk gehandicapte jeugdigen, wie zijn dat? Als uitgangspunt voor deze handleiding wordt hier de definitie gehanteerd zoals gegeven door de American Association on Mental Retardation (AAMR) en vertaald in de nota *Vorm en kleur* (NVGz 1995):

*Personen tot ongeveer 21 jaar die in hun ontwikkeling zijn belemmerd en die zich op grond van hun lager intellectueel functioneren (intelligentieniveau tussen circa 50 en circa 85 volgens WISC-R gemeten) én beperkte sociale redzaamheid niet (zonder hulp) kunnen handhaven in een of meer reguliere maatschappelijke verbanden (gezin, school, werk, groep, leeftijdsgenoten, buurt). Vaak is er daarnaast sprake van psychosociale problematiek. Met speciale hulp hebben zij een redelijke kans op een zekere mate van zelfstandigheid als volwassene. (NVGz 1995, p. 14).*

Enkele kenmerken die in deze definitie genoemd worden zijn ook van toepassing op licht verstandelijk gehandicapte *volwassenen*. In deze handleiding worden met licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden zowel jeugdigen als volwassenen bedoeld.

Een licht verstandelijke handicap blijkt nooit op zichzelf te staan. 'Duidelijk is dat er sprake is van een grote variëteit aan kenmerken qua intelligentieniveau, psychosociale problematiek en leeftijd. De doelgroep is heterogeen, maar toch duidelijk afgebakend. Er is sprake van een diversiteit aan hulpvragen' (NVGz 1995, p. 14).

### **DE OPZET VAN DEZE HANDLEIDING**

Waar bestaat deze handleiding uit? In de eerste plaats is er een theoretisch gedeelte dat handelt over de hoofdkenmerken van licht verstandelijk gehandicapten (hoofdstuk 1). Het is van groot belang dat in de gaten wordt gehouden dat dit kenmerken zijn die bij mensen met een licht verstandelijke handicap *kunnen* voorkomen, maar die niet per se bij alle aanwezig hoeven te zijn en zeker niet bij alle in dezelfde mate. Licht verstandelijk gehandicapten kunnen onderling sterk verschillen in vaardigheden. Hoofdstuk 1 is dan ook bedoeld als uitgangspunt van kenmerken die aanwezig kunnen zijn en waar rekening mee gehouden dient te worden bij het werken met een gezin.

In het tweede hoofdstuk wordt aan de hand van de beschreven kenmerken en met behulp van de informatie uit de praktijk, ingegaan op de basishouding van gezinsmedewerkers ten opzichte van licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden. In de definitie van de AAMR wordt de doelgroep voornamelijk omschreven aan de hand van een gebrek aan bepaalde vaardigheden. In de lijn van Families First kunnen licht verstandelijk gehandicapten echter ook worden gezien als mensen met kansen en mogelijkheden. Families First gaat ervan uit dat in de mensen zélf kracht zit. Dit heeft consequenties voor de houding van de gezinsmedewerker ten opzichte van een licht verstandelijk gehandicapt gezinslid. Zoals aan het begin van deze inleiding is geciteerd: '(...) dat ik, als alles goed uitgelegd en voorgedaan wordt, het in mijn eigen tempo en op mijn eigen manier ook best kan leren.' De houding van de gezinsmedewerker dient gericht te zijn op de individuele ontwikkeling en de behoeften van de licht verstandelijk gehandicapte.

De informatie uit de eerste twee hoofdstukken wordt geconcretiseerd in hoofdstuk 3, dat een verzameling bevat van inspirerende technieken en ondersteunende middelen aangaande de methodiek van Families First-LVG.

Al deze informatie bij elkaar vormt een publicatie die voor de gezinsmedewerker dienst kan doen als naslagwerk, en als handleiding ondersteuning kan bieden bij zijn werk met licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden.

### **HIJ/ZIJ**

Met het oog op de leesbaarheid worden de gezinsmedewerker, de ouder, het gezinslid en de jongere beschreven in de mannelijke persoonsvorm. Uiteraard hebben de beschrijvingen ook betrekking op vrouwen en meisjes.

### **TEN SLOTTE**

Volgens Theo van Leur worden mensen met een licht verstandelijk handicap niet altijd begrepen door ons, mensen met een gemiddelde intelligentie. Dat is een tekort aan onze zijde. Met deze handleiding spreken we de hoop uit dat deze handicap van ons verkleind wordt doordat een bijdrage geleverd wordt aan het vergroten van onze vaardigheden. Maar misschien nog wel het meest door de visie te uiten dat 'het maar

net is hoe je het bekijkt'. Laten we zo open staan dat de kans dat wij deze mensen niet snappen beperkt wordt tot het minimum.

# 1 KENMERKEN VAN LICHT VERSTANDELIJK GEHANDICAPTEN

## 1.1 COGNITIEF VERMOGEN

Binnen Families First worden mensen met een licht verstandelijke handicap in de eerste plaats onderscheiden door middel van hun IQ (50-85, WISC-R gemeten). Deze getalsmatige uitdrukking van intelligentie in het IQ correspondeert met individuele verschillen in het vermogen problemen op te lossen of zich aan de omgeving aan te passen (Van Geert 1997). Een licht verstandelijk gehandicapte zal waarschijnlijk meer moeite hebben zich aan te passen aan veranderde omstandigheden en/of minder in staat zijn problemen op te lossen dan iemand zonder een licht verstandelijke handicap. Hoe kan dit echter verklaard worden?

In deze paragraaf worden enkele achtergronden gegeven van de cognitieve ontwikkeling van licht verstandelijk gehandicapten en worden kenmerken en gevolgen genoemd die deze ontwikkeling met zich meebrengt.

Mate van verstandelijke handicap	Intelligentie-quotiënt (IQ)	Ontwikkelingsleeftijd
Zeer ernstig verstandelijk gehandicapt	0 – 20	tot 2 jaar
Ernstig verstandelijk gehandicapt	20 – 35	2 tot 4 jaar
Matig verstandelijk gehandicapt	35 – 50	4 tot 7 jaar
Licht verstandelijk gehandicapt	50 – 70	7 tot 12 jaar
Zwakbegaafd	70 – 85	12 tot 14 jaar

*Figuur 1.1* Overzicht begrippen met bijbehorende IQ-scores en ontwikkelingsleeftijd. De ontwikkelingsleeftijd zegt iets over het verstandelijk niveau van functioneren. Het niveau van verstandelijk functioneren wordt vergeleken met wat een normaal begaafd persoon op een bepaalde leeftijd kan.

### *Vertraagde cognitieve ontwikkeling*

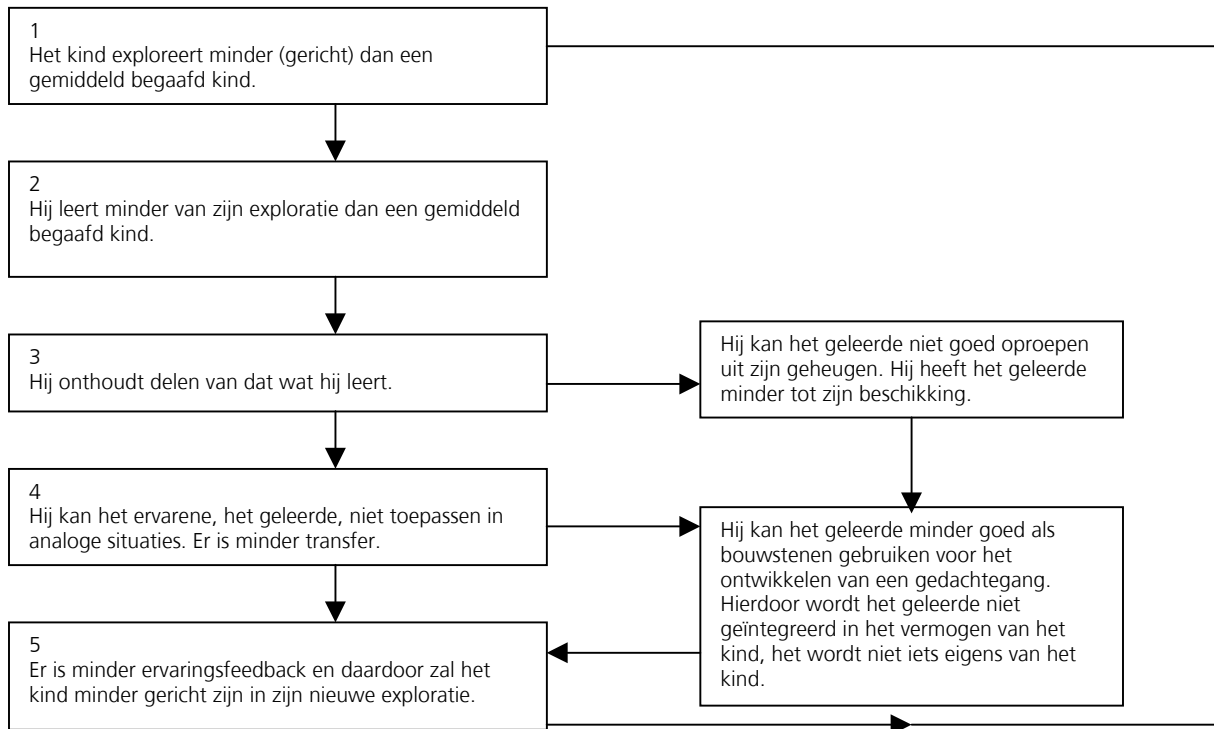
In de eerste plaats speelt de cognitieve ontwikkeling een belangrijke rol in het ontstaan van de verschillen tussen verstandelijk gehandicapte en normaal begaafde mensen.

De ontwikkeling van de cognitie verloopt in principe voor iedereen op dezelfde wijze (Olijve en Van Nieuwland 2000). Kenmerkend echter voor de cognitieve ontwikkeling van mensen met een verstandelijke handicap is een *vertraging* van de ontwikkeling (Van Geert 1997). Verstandelijk gehandicapten hebben met name achterstanden op de zogeheten interne hulpmiddelen: zo ligt onder andere de verwerkingsnelheid lager en is de capaciteit van het werkgeheugen kleiner, evenals het vermogen zich te concentreren. Daarnaast bereikt de cognitieve ontwikkeling door de genoemde achterstanden eerder een 'plafond' (Van Geert 1997).

### *Gevolgen op leergebied*

Ten gevolge van het lage IQ en een vertraagde cognitieve ontwikkeling ontstaan verschillende kenmerken bij licht verstandelijk gehandicapte kinderen. Bijvoorbeeld op het gebied van leren. Licht verstandelijk gehandicapte kinderen worden, vanwege hun wijze van leren en de daarbij komende knelpunten, ook wel aangeduid als moeilijk

lerende kinderen (Olijve en Van Nieuwland 2000). Bij knelpunten valt te denken aan een beperkt geheugen en het minder in staat zijn het geleerde toe te passen. In figuur 1.2 zijn het proces en de daarbij behorende knelpunten schematisch weergegeven.



Figuur 1.2 Het proces van moeilijk leren en het cognitief functioneren van moeilijk lerende kinderen  
Bron: Van Weelden en Niessen 1976, p. 40; Olijve en Van Nieuwland 2000, p. 29

### Andere gevolgen

Van Weelden en Niessen beschrijven nog andere kenmerken van deze categorie kinderen die (indirect) het gevolg zijn van het lage IQ en de vertraagde cognitieve ontwikkeling. Zo kunnen moeilijk lerende kinderen minder gedifferentieerd *waarnemen* dan het gewoon lerende kind; ze onderscheiden minder details. Ook kunnen zij minder goed *classificeren*, dat is het organiseren of ordenen van informatie. Hun ordening is minder goed gestructureerd en vluchtiger, wordt minder hun eigendom, is minder geïntegreerd en geeft geen steun aan het geheugen. Een verstandelijk gehandicapte kan niet gemakkelijk een nieuw patroon aanleren en 'bewerken' en op een eenmaal vertrouwd patroon variëren.

Dit *denken* van een licht verstandelijk gehandicapte wordt verder gekenmerkt door *rigiditeit* en weinig *flexibiliteit*. Hierdoor vertonen licht verstandelijk gehandicapten rigide en stereotiep gedrag en worden zij belemmerd in hun aanpassing aan wisselende sociale situaties (Van Weelden en Niessen 1976). *Generalisatie*, dit toepassen en vertalen van wat ze geleerd hebben in een andere situatie, blijft een probleem en wordt zichtbaar zodra de situatie minder voorspellend wordt (Van Geert 1997; Van Weelden en Niessen 1976). Aan de andere kant kunnen mensen met een licht verstandelijke handicap ook moeite hebben met *discriminatie* tussen verschillende situaties. Het volgende voorbeeld maakt dit duidelijk. Een licht verstandelijk gehandicapte heeft in de huiskamer geleerd iemand een hand te geven die onbekend is. Bij een etentje in een

restaurant herinnert deze persoon de geleerde vaardigheid, en trouw als hij is geeft hij iedereen in het restaurant 'de vijf'.

Dit alles heeft te maken met het feit dat mensen met een licht verstandelijke handicap over het algemeen geen onderscheid kunnen maken tussen verschillende sociale situaties en zich niet goed hierop kunnen aanpassen.

Een licht verstandelijk gehandicapte heeft moeite met abstract denken en ondervindt belemmeringen om te komen tot metacognitieve kennis en vaardigheden. Dit uit zich onder meer in het gegeven dat licht verstandelijk gehandicapten in mindere mate in staat zijn op het eigen denken en handelen te *reflecteren* (Van Geert 1997).

### *Mogelijkheden van training*

In deze paragraaf zijn verschillende kenmerken op het cognitieve gebied genoemd van licht verstandelijk gehandicapte kinderen. Vaak zijn deze kenmerken beschreven als een gebrek ten opzichte van normaal begaafde mensen. Het is echter van belang te weten dat de individuele verschillen tussen licht verstandelijk gehandicapten en niet-gehandicapten voor een deel biologisch bepaald zijn en dat ze voor het overige deel afhankelijk zijn van ontwikkeling, ervaring en scholing. Dit heeft directe consequenties voor mensen met een verstandelijk handicap, immers, intelligentie blijkt niet alleen onveranderlijke, maar ook veranderlijke componenten te bezitten. 'De kunst is nu om, aan de trainbare zijde, te zoeken naar mogelijkheden om voor de onveranderbare achterstanden zo goed mogelijk te compenseren.' (Van Geert 1997)

## **1.2 EMOTIONELE GESTELDHEID**

Een verstandelijk gehandicapt kind wordt in sociaal-emotioneel opzicht als *kwetsbaar* beschreven. Onder deze kwetsbaarheid wordt verstaan dat mensen met een licht verstandelijke handicap zich niet volgens de doorsnee-normen ontwikkelen (Van Berckelaer-Onnes 1997). Het risico is dan groot dat zij *overvraagd* worden. Het zal blijken dat de sociaal-emotionele kwetsbaarheid van licht verstandelijk gehandicapten verminderd wordt als 'normen' aangepast worden aan het eigen ontwikkelingstempo van de licht verstandelijk gehandicapte.

In deze paragraaf wordt het risico van overvraging voor een licht verstandelijk gehandicapt *kind* nader uitgewerkt. Het is echter van belang om er bewust van te zijn dat een licht verstandelijk gehandicapte *ouder* dit dus ook meegemaakt kan hebben in zijn jeugd.

### *Interactie ouder-kind*

De interactie ouder-kind vormt de basis voor een evenwichtige uitgroei van de emotionele gesteldheid. Aanvankelijk wordt een verstandelijk gehandicapt kind niet aangesproken door dingen uit zijn omgeving. De dingen hebben hem niets te zeggen, ze missen belevingskwaliteit. Het kind ziet ze nog niet, al neemt hij ze wel waar. Pas in een samenzijn met de opvoeder raakt het kind geboeid en gaat hij actief reageren op het gebodene (Van Berckelaer-Onnes 1997). Hier, in het aanbieden van prikkels en het stimuleren van een reactie, ligt dus een belangrijke taak voor de ouders van een licht verstandelijk gehandicapt kind.

### *Afstemming aanbod-aankunnen*

In dit aanbod ligt echter ook een valkuil voor de ouders. Het is immers van belang dat een goede balans ontstaat tussen aanbod en aankunnen. De ouder dient voortdurend

gericht te zijn op dat wat het kind *aankan*. De eisen die niet alleen in verstandelijk, maar ook in emotioneel opzicht gesteld worden, blijken vaak veel te hoog en worden eerder aan de kalenderleeftijd dan aan de mentale leeftijd gerelateerd. Als het kind dingen aangeboden krijgt waar hij nog niet aan toe is, kan hij in paniek raken of driftaanvallen krijgen. De emotionele reactie die dan ontstaat is niet het directe gevolg van de verstandelijke handicap, maar van het feit dat het kind niet kan overzien wat van hem verlangd wordt (Van Berckelaer-Onnes 1997). Dit risico op overvraging is des te groter als de licht verstandelijk gehandicapte, zoals voor de meeste van hen geldt, er normaal uitziet en verder sociaal gewenst gedrag vertoont. Dit evenwicht tussen aanbod en aankunnen blijft een belangrijk aandachtspunt voor opvoeders.

### *Uiting en herkenning emoties*

In het verlengde hiervan benadrukt Emde in Van Berckelaer-Onnes de emotionele beschikbaarheid in de opvoeder-kindrelatie (1997). Het is van belang dat de emoties die er zijn, ook geuit worden door zowel het kind als de ouder. Als dit gebeurt dan slaat volgens Emde de balans door naar vreugd en plezier in plaats van naar spanning en misnoegen.

Het blijkt echter dat licht verstandelijk gehandicapte kinderen, jongeren en ouders soms moeite hebben bij zichzelf maar ook bij anderen een gevoel te herkennen en te benoemen. Zo worden bijvoorbeeld boosheid en verdriet soms door elkaar gehaald. Dit kan de communicatie in het gezin en met anderen bemoeilijken en belangrijke veranderingen in het gezin in de weg staan. Voor het uiten, herkennen en benoemen van gevoelens zal daarom aandacht moeten blijven bestaan.

Emoties op het gebied van relaties en intimiteit komen soms tot uiting in gedrag dat niet strookt met de algemeen gangbare opvatting daarover (dochter van 14 onderhoudt een relatie met de getrouwde buurman van vier huizen verder). Mensen met een licht verstandelijke handicap zijn erg kwetsbaar op het gebied van relaties en seksualiteit. Dit vormt een belangrijk specifiek aandachtspunt voor gezinsmedewerkers.

### *Acceptatie*

Een ander belangrijk punt in de ontwikkeling van het emotionele welbevinden van een licht verstandelijk gehandicapt kind is de acceptatie die het kind al dan niet ondervindt van de ouders. Als ouders merken dat hun kind minder begaafd is dan normaal begaafde leeftijdsgenootjes, zal dat een schok zijn die zij zelf ook moeten verwerken. Zij hebben daardoor minder energie voor liefdevolle en positieve aandacht voor het kind dan gebruikelijk is. Het komt voor dat ouders hun leven lang moeite hebben om hun verstandelijk gehandicapte kind te accepteren (Kok en Smit 1999). Dit heeft dan gevolgen voor het emotioneel welbevinden van het kind op latere leeftijd. Vaak zijn zij dan nog steeds bezig met het zoeken naar warmte, begrip en vertrouwen die hun op jonge leeftijd nooit ten deel is gevallen (Kok en Smit 1999). Indien er in het gezin echter wel acceptatie van de licht verstandelijke handicap van het kind is, zal de ernst van dergelijke gevolgen minder zijn.

### *Zelfbeeld*

Op cognitief en sociaal gebied doen mensen met een licht verstandelijke handicap meer faalervaringen op dan normaal begaafden. Deze ervaringen hebben een negatieve invloed op het zelfbeeld en zelfvertrouwen van de licht verstandelijk gehandicapte, die daardoor een lager zelfbeeld en -vertrouwen zal ontwikkelen dan een normaal begaafd persoon. Bovendien is het handelen van licht verstandelijk gehandicapten veelal op zichzelf gericht, zijn ze impulsief en snel beïnvloedbaar (Olijve en Van Nieuwland 2000).



In het hierna volgende voorbeeld (figuur 1.3) komt een persoon met een licht verstandelijke handicap zelf aan het woord met zijn visie op gevoel en de begeleiding hiervan.

'Je gevoel is belangrijk. En dat is moeilijk te begeleiden. Toch is het wel belangrijk dat dat gebeurt. Maar veel begeleiders nemen daar geen tijd voor. Ze hebben niet zo veel aandacht voor wie je bent. Nu leer je meestal wel allerlei vaardigheden, maar toch blijf je je afhankelijk voelen. Daar klopt iets niet. In een GVT hebben begeleiders het stuur over jouw leven. Maar ze moeten jou leren sturen. Begeleiders moeten je serieus nemen. Ga dus niet met ons om alsof we kleine kinderen zijn. Laat mensen in hun waarde. Vraag gewoon: wat wil je leren en hoe gaan we dat aanpakken? Ook is het goed om mensen te leren hoe ze met zichzelf en met anderen om moeten gaan. Ik heb dat eigenlijk geleerd bij Onderling Sterk. Eigenlijk zouden begeleiders dat moeten doen.'

*Figuur 1.3 Een licht verstandelijk gehandicapte zelf aan het woord  
Bron: Kok en Smit 1999*

### *Ten slotte*

Het is gebleken dat er een verband bestaat tussen de emotionele gesteldheid van een licht verstandelijk gehandicapte en de sociale interactie met ouders en omgeving. Een goede afstemming tussen aanbod en aankunnen, met aandacht voor de uiting van emoties, is van groot belang en kan de sociaal-emotionele kwetsbaarheid van het betreffende gezinslid verminderen. Maar hoe zit het in werkelijkheid met deze sociale omgeving van een licht verstandelijk gehandicapte?

## **1.3 SOCIAAL NETWERK**

Mensen met een licht verstandelijke handicap hebben sterk de drang 'erbij te willen horen'. Het verwerven van deze status tegenover leeftijdsgenootjes is vooral van belang op adolescentie leeftijd. Vaak zullen ze zich stoer en groot voordoen om hun onzekerheid te camoufleren en opgenomen te worden in de groep.

Het kan ook voorkomen dat mensen met een licht verstandelijke handicap vanwege hun lage zelfbeeld en zelfvertrouwen meer moeite hebben met het opbouwen en onderhouden van sociale contacten (Smit en Van Gennep 1999). Een mogelijk gevolg hiervan is dat licht verstandelijk gehandicapten weinig contacten hebben buiten de eigen kring van voornamelijk familieleden en andere vrienden en weinig vrijetijdsbesteding in groepsverband ondernemen, waardoor zij geïsoleerd kunnen raken (Windemuller, Huskens e.a. 1998). Daarom is het van belang om aandacht te besteden aan het sociale netwerk van de licht verstandelijk gehandicapte en een beeld te vormen hoe de persoon dit ervaart.

### *Gebrekkige sociale ondersteuning*

De ervaring leert dat indien er sprake is van een sociaal netwerk rondom de licht verstandelijk gehandicapte, veel gezinnen te maken hebben met gebrekkige sociale ondersteuning vanuit dat netwerk. Dit kan komen doordat het netwerk beperkt of slecht functioneert, of doordat de gezinnen zelf slecht gebruik (kunnen) maken van het aanwezige netwerk. Dit is vaak het geval in multi-probleemgezinnen.

De situatie van geen of een gebrekkig sociaal netwerk wil niet zeggen dat de behoefte aan sociale contacten bij licht verstandelijk gehandicapten niet aanwezig is. Volgens Smit en Van Gennep (1999) is deze behoefte aan een goed functionerend netwerk bij

'cliënten' onderschat: 'het lijkt wel of we onbewust vinden dat zo'n sociaal netwerk voor cliënten iets minder belangrijk is'. Wat mensen met een licht verstandelijke handicap eventueel ontbreekt zijn bepaalde vaardigheden die noodzakelijk zijn voor het aangaan en onderhouden van relaties: overzicht, sociale vaardigheden en inzicht om effectieve initiatieven te nemen (Smit en Van Gennep 1999). In figuur 1.4 is een gedicht weergegeven dat is gemaakt door een verstandelijk gehandicapt meisje en iets weergeeft van de eenzaamheid die licht verstandelijk gehandicapten kunnen ondervinden.

**Alleen**

spelen op straat  
 zonder vriendjes of vriendinnetjes  
 je stuitert  
 met een bal op de stoep  
 de bal rolt weg  
 in een plas water

je denkt bij jezelf:  
 was ik die bal maar  
 dan werd er tenminste  
 met mij gespeeld.

*Marianne van den Ende*

*Figuur 1.4 Gedicht van een licht verstandelijk gehandicapt meisje  
 Bron: www.zetnet.nl*

#### **1.4 MOTORISCHE ONTWIKKELING**

Het kan voorkomen dat mensen met een licht verstandelijke handicap niet alleen verstandelijk, maar ook motorisch minder presteren dan normaal begaafde kinderen. In sommige gevallen verloopt de motorische ontwikkeling, in tegenstelling tot de ontwikkeling van de cognitie, *anders* in plaats van langzamer. Deze afwijking in ontwikkeling is een gevolg van zowel aanlegfactoren als omgevingsfactoren.

Vooraf de omgevingsfactoren zijn van groot belang bij de ontwikkeling van de motoriek. Het werkt namelijk zeer bevorderlijk dat kinderen vanuit hun omgeving gestimuleerd worden tot allerlei bewegingen, activiteiten en posities in verschillende situaties. Wanneer echter een kind minder succesvol is, neigen mensen uit zijn omgeving er minder vaak toe hem te stimuleren om te bewegen of om bijvoorbeeld een spelletje te doen. Ook ouders moeten hierop bedacht zijn en ervoor waken om overbeschermend te zijn en daardoor de ontwikkeling van hun kind te belemmeren.

Mensen bezitten een enorme variabiliteit in hun motoriek. Dit betekent een uitdaging voor mensen uit de omgeving van een licht verstandelijk gehandicapt kind, om hem elke keer die handelingsmogelijkheden aan te bieden, die – met zijn specifieke beperkingen en mogelijkheden – het best bij hem passen (Vermeer 1997).

## 1.5 COMMUNICATIE

### *Totale communicatie*

'Communicatie met anderen is voor de mens één van de belangrijkste levensbehoeften, misschien wel de meest fundamentele.' (Bos en Heim 1997) Door middel van communicatie kan uitwisseling van gevoelens, informatie en ideeën tussen mensen plaatsvinden. Zo kunnen mensen niet alleen invloed uitoefenen op de omgeving, maar kunnen zij ook in sociale relatie staan tot die omgeving. Bovendien heeft communicatie vanaf de geboorte een centrale functie in de sociaal-emotionele en cognitieve ontwikkeling.

Communicatie bestaat uit een groot aantal componenten zoals spraak, taal, blikrichting, gezichtsuitdrukkingen, lichaamshouding en handbewegingen. Het tegelijkertijd of naast elkaar gebruiken van verschillende communicatievormen wordt ook wel *totale communicatie* genoemd.

De communicatie van verstandelijk gehandicapten kan op sommige punten verschillen met die van normaal begaafden. Bij licht verstandelijk gehandicapten ontstaat dit verschil niet doordat de communicatie uit wezenlijk andere componenten zou bestaan, maar eerder door een *belemmering* van bepaalde communicatievormen, waardoor accentverschillen ontstaan (Bos en Heim 1997).

### *Training*

In de eerste paragraaf van dit hoofdstuk (over cognitieve ontwikkeling) is opgemerkt dat het voor mensen met een licht verstandelijke handicap moeilijk is om geleerde vaardigheden te generaliseren van een leersituatie naar een leefsituatie. Volgens Bos en Heim komt dit doordat er in de therapie nogal eens instructiedoelen gehanteerd worden die taal loskoppelen van communicatie. 'De nadruk ligt op het aanleren van symbolen zonder te bedenken hoe relevant de aangeleerde symbolen zijn voor de gebruiker en zijn of haar specifieke communicatieve behoeften.' (Bos en Heim 1997) Zo leren licht verstandelijk gehandicapten wel een symbool te gebruiken en/of de therapeut te gehoorzamen, maar niet dat communicatie een middel is om invloed uit te oefenen op je omgeving. Daarom wordt gepleit voor interventie in natuurlijke dagelijkse situaties in plaats van individuele communicatietraining in aparte therapiekamers. Het is effectiever vaardigheden te trainen in die situaties waarin iemand gemotiveerd is om ze te gebruiken en waar positieve ervaringen het logische gevolg zijn van communicatiepogingen. Bovendien wordt de nadruk gelegd op het aanleren van functionele vaardigheden om zo de licht verstandelijk gehandicapte grip te laten krijgen op zijn eigen leven en op zijn omgeving.

### *Omgeving*

De omgeving van een licht verstandelijk gehandicapte jongere biedt over het algemeen veel uitdaging. Vaak zo veel, dat het gevaar groot is dat de licht verstandelijk gehandicapte *overvraagd* wordt, ook op communicatief gebied. Dit risico wordt vergroot wanneer uiterlijke kenmerken er niet op wijzen dat deze jongere minder begaafd is. Bovendien bezitten licht verstandelijk gehandicapte jongeren vaak veel camouflagevaardigheden in sociale situaties. Het kan lang duren voordat de omgeving erachter is dat iemand licht verstandelijk gehandicapt is. Alertheid op overvraging is dan van groot belang.

Aan de andere kant dient er in de omgeving van de licht verstandelijk gehandicapte genoeg uitdaging te zijn, oftewel, dient zij genoeg communicatiekansen te bieden. Is de noodzaak om te communiceren in een bepaalde situatie gering, dan kan het wenselijk zijn de omgeving te veranderen. Dit is bijvoorbeeld het geval als alles wat een licht verstandelijk gehandicapte nodig heeft, al binnen handbereik is, zodat hij geen verzoek meer hoeft te uiten iets te mogen ontvangen. Het kan echter ook zijn dat mensen uit de omgeving te veel anticiperen op de wensen en behoeften van een licht verstandelijk gehandicapte, zodat er opnieuw geen kans is zich communicatief te uiten en een boodschap te geven. Gevolg is dat de licht verstandelijk gehandicapte communicatief op een lager niveau gaat functioneren dan hij in werkelijkheid toe in staat is. Echter, de kans op ondervraging zal bij mensen met een licht verstandelijke handicap veel minder groot zijn dan kans op overvraging.

Het is tenslotte niet alleen van belang dat de licht verstandelijk gehandicapte zelf leert om duidelijk signalen uit te zenden, maar ook dat mensen uit de omgeving leren om die signalen te stimuleren, op te vangen en er adequaat op te reageren (Bos en Heim 1997).

## **2 RICHTLIJNEN VOOR HET WERKEN MET LICHT VERSTANDELIJK GEHANDICAPTEN**

### **2.1 INLEIDING**

In hoofdstuk 1 zijn op basis van literatuuronderzoek enkele belangrijke kenmerken van mensen met een licht verstandelijke handicap behandeld. Maar hoe dient in het werken met licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden te worden omgegaan met deze kenmerken?

Alvorens op deze vraag een antwoord te formuleren, is het van belang duidelijk te hebben vanuit welke visie handvatten worden gegeven. Waar komt het met betrekking tot licht verstandelijk gehandicapten op aan? Dit wordt beschreven in paragraaf 2.2.

In de daarop volgende paragraaf wordt ingegaan op enkele richtlijnen die van belang kunnen zijn voor het handelen in een gezin met een licht verstandelijk gehandicapt gezinslid. Daarbij dient de aantekening te worden gemaakt dat de genoemde richtlijnen waarschijnlijk niet allemaal voor iedere licht verstandelijk gehandicapte zullen gelden. Binnen deze doelgroep bestaat een grote variatie aan mogelijkheden die zeer persoonlijk getint zijn. De paragraaf is eerder bedoeld als een aanbod van allerlei richtlijnen, waar de gezinsmedewerker die richtlijnen uit kan halen, die voor hem op dat moment van belang zijn voor het gezin waar hij in werkt.

### **2.2 VISIE**

Mensen met een licht verstandelijke handicap zijn in hoofdstuk 1 veelal beschreven als mensen die 'moeite hebben met...', 'minder goed kunnen...' en 'gebrek hebben aan...'. Feitelijk gezien beschikken licht verstandelijk gehandicapten inderdaad over minder vaardigheden dan normaal begaafden. Maar een gebrek hebben aan vaardigheden is geen toestand die onveranderlijk is. *Mensen leren altijd, onder alle omstandigheden* (Van Gemert 1997). De vraag waar het dan op aankomt is: hoe kunnen *veranderlijke* factoren van licht verstandelijk gehandicapten het beste uitgebuit worden zodat deze kunnen compenseren voor de *onveranderlijke* aspecten van de handicap? (Van Geert 1997). Het accent in het werken met mensen met een licht verstandelijke handicap komt hiermee te liggen op training en instructie van de individuele persoon met een handicap. Hier ligt een waarschuwing dat niet het beeld bevestigd wordt dat licht verstandelijk gehandicapten weinig kunnen, maar dat juist met aandacht en geduld veel meer bereikt kan worden dan in eerste instantie misschien gedacht wordt.

De visie op het veranderlijke, procesmatige karakter van de verstandelijke handicap, wordt wel weergegeven in de zogeheten dialogische houding. Dit is een houding die gericht is op de individuele ontwikkeling en behoeften van de licht verstandelijk gehandicapte. Hier tegenover staat de defectologische houding, die uitgaat van een statisch anderszijn. In figuur 2.1 zijn de verschillen tussen deze houdingen naast elkaar gezet. Het moge duidelijk zijn dat in deze handleiding uitgegaan wordt van een dialogische houding.

<b>Defectologische houding</b>	<b>Dialogische houding</b>
- Verstandelijke handicap als toestand	- Verstandelijke handicap als proces
- Verstandelijk gehandicapt zijn (en blijven)	- Verstandelijk gehandicapt worden (en zich zo ontwikkelen)
- Toestand gevolg van hersenorganisch defect, laag IQ, tekorten in ontwikkeling	- Proces gevolg van wisselwerking innerlijke en uiterlijke factoren
- Tics, stereotypen	- Zinnvolle, logische (re)actie
- Oriëntatie op tekort, werken aan problemen	- Oriëntatie op competentie, ondersteunen van ontwikkeling
- Persoon als object, primair passief	- Persoon als subject, primair actief
- Weten wat het beste is voor de betrokkene	- Observeren, 'meegaan' met de betrokkene
- Pedagogische agressiviteit	- Pedagogische begeleiding
- Leren alleen van specialisten	- Leren door prikkels uit de omgeving
- Didactische reductie, principe van de kleine stapjes	- Openheid voor gemeenschappelijke situaties en ervaringen
- Maatregelen en regels door professionals vastgesteld	- Individuele maatstaven en stappen
- Theorie van het anders zijn	- Wisselwerking van gelijkheid en verscheidenheid

*Figuur 2.1 Enkele verschillen tussen een defectologische en een dialogische houding  
Bron: Hinz 1996 in Smit en Van Gennep 1999, p. 155*

Opgemerkt moet worden dat een zorgaanbod dat zich uitsluitend richt op het individu met een handicap, in de meeste gevallen voorbijgaat aan de betrokkenheid van ouders en dat het de kracht en de bronnen die reeds in het gezin aanwezig zijn, ontkent. 'Om gezinnen daadwerkelijke ondersteuning te bieden dienen de behoeften van het gehele gezin en de relatie van het gezin met zijn omgeving hierin betrokken te worden.' (Van Gennep en Steman 1997) Dit is van belang om in het achterhoofd te houden bij het verder lezen in dit hoofdstuk.

#### *Basishouding gezinsmedewerker ten opzichte van een gezin met een licht verstandelijk gehandicapte*

Deze visie heeft onder andere consequenties voor de houding van de gezinsmedewerker bij het werken in het gezin met een licht verstandelijk gehandicapt gezinslid. Uitgangspunt voor alle gezinsmedewerkers is de basishouding zoals beschreven in hoofdstuk 2 van de handleiding voor gezinsmedewerkers (Berger en Spanjaard 1996) en nader uitgewerkt in *Intensieve competentiegerichte hulp aan gezinnen. Methodiekhandleiding voor het werken met gezinnen in de thuissituatie* (Berger en Van Vugt 2000). De basishouding wordt geconcretiseerd in de volgende richtlijnen:

De gezinsmedewerker:

- richt de hulp op het gezin in de eigen omgeving;
- laat de ouders de agenda voor de hulp bepalen. Hij werkt samen mét de ouders in plaats van vóór de ouders;
- baseert de hulp op het versterken van positieve krachten, waarbij de mogelijkheden en potentiële bronnen van alle gezinsleden benut worden;
- werkt stapsgewijs en opbouwend aan het realiseren van concrete en haalbare doelen;
- werkt alleen met informatie die aan het gezin bekend is en (gezien de leeftijd en verstandelijke mogelijkheden van gezinsleden) voor gezinsleden te begrijpen is;
- erkent de verscheidenheid tussen gezinnen en respecteert hun culturele en etnische verschillen en de uiteenlopende normen en waarden die zij hanteren.

Voor de gezinsmedewerker in een gezin met een licht verstandelijk gehandicapt gezinslid gelden *aanvullend* op deze richtlijnen enkele extra aandachtspunten. Deze aandachtspunten zijn uit de ingevulde vragenlijsten en de literatuurstudie naar voren gekomen en zullen bij de verschillende richtlijnen in paragraaf 2.3 nader toegelicht worden. In contact met een gezin met een licht verstandelijk gehandicapt gezinslid wordt extra accent gelegd op:

- handelen op basis van respect en gelijkwaardigheid;
- aansluiten bij het niveau van het licht verstandelijk gehandicapte gezinslid;
- niet te hoge eisen/verwachtingen stellen, het tevreden zijn met kleine succesjes en primaire/basale veranderingen;
- 'niet te snel willen', rekening houden met een langzaam tempo, geduldig zijn;
- aanpassen van taalgebruik.

## **2.3 CONCRETE RICHTLIJNEN**

De richtlijnen in deze paragraaf zijn in de eerste plaats gericht op het handelen van de gezinsmedewerker. Uiteraard gelden de richtlijnen voor verschillende problemen en is niet elke richtlijn toepasbaar voor elk licht verstandelijk gehandicapt gezinslid. Hier worden slechts accenten gelegd die gelden in het handelen en werken in een gezin met een licht verstandelijk gehandicapt gezinslid. Per kenmerkend gebied, zoals beschreven in hoofdstuk 1, worden kort enkele aandachtspunten genoemd.

### **2.3.1 Cognitief vermogen**

#### ▪ Moeite met probleemoplossing

---

##### - *Structureer het proces*

Als de regie van een probleemoplossing geheel in handen van de licht verstandelijk gehandicapte gelegd wordt, kan er onzekerheid bij deze persoon optreden. Het kan daarom verhelderend werken om dit proces samen met de licht verstandelijk gehandicapte te structureren, zodat hij hier meer inzicht in krijgt. Dit houdt niet in dat het betreffende gezinslid niets meer in te brengen heeft. Integendeel, de gezinsmedewerker schept een kader en structureert de gang van zaken, waarbij het gezinslid de inhoud voor zijn rekening neemt.

##### - *Stel wat- en hoevragen in plaats van waaromvragen*

Vermijd het stellen van waaromvragen, maar stel hoe- en watvragen die gericht zijn op waarneembaar gedrag. Een waaromvraag veronderstelt dat er kennis is van een oorzaak-gevolgrelatie. Stel dat een leraar boos is geworden op een leerling omdat hij een grote mond heeft gegeven. Als gevraagd zou worden: 'Waarom is je leraar boos geworden?', zal niet elke licht verstandelijk gehandicapte daar een antwoord op kunnen geven, omdat ze simpelweg niet altijd het inzicht zullen hebben in de oorzaak en het verband met het gevolg. Dit is immers onderdeel van hun handicap. Door een waaromvraag te stellen die het gezinslid waarschijnlijk niet beantwoorden kan, wordt hij onzeker gemaakt, wat een belemmering kan vormen voor het proces van probleemoplossing.

- Moeite met aanpassing aan omgeving

---

- *Breng structuur aan om zo zicht te geven op concrete dagelijkse situaties (opstaan, eten et cetera)*

Voor licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden is het belangrijk dat het duidelijk is wat er gedurende een gewone dag van hem, maar ook van de anderen in het gezin verwacht wordt: wat wanneer door wie gebeurt. Een duidelijke dagelijkse routine geeft structuur en houvast aan gezinsleden, geeft zicht op concrete dagelijkse situaties, handelingen en vaardigheden vanaf het opstaan tot het slapen gaan. Er zit echter ook een risico aan vast. Als er te veel nadruk komt te liggen op het structureren van dagelijkse bezigheden, is de kans groot dat door vaste patronen en systematiek de situatie 'bevriest' (Van Gemert 1997). Let op dat er genoeg variatiemogelijkheden blijven in de omgeving van een licht verstandelijk gehandicapte, om uitdaging te blijven ondervinden, waardoor hij zich kan ontwikkelen.

- Vertraging in cognitieve ontwikkeling (verwerkingssnelheid, werkgeheugen, concentratievermogen, plafond)

---

- *Sta regelmatig model*

Het is belangrijk model te staan, omdat licht verstandelijk gehandicapten eerder gebaat zijn bij het *zien* van goede voorbeelden, dan bij het *anhoren* van hoe het zou moeten. Deze modelfunctie geldt zowel tijdens het leren van een vaardigheid aan het betreffende gezinslid, als voor de houding, het taalgebruik, de omgang met anderen enzovoorts, van de gezinsmedewerker in het dagelijkse leven.

- *Maak korte afspraken, houd korte gesprekken*

Mensen met een licht verstandelijke handicap kunnen niet alles in één keer begrijpen, zeker niet wanneer veel informatie slechts verbaal of schriftelijk wordt verstrekt. Bij korte en krachtige gesprekken, met één instructie per zin, zal het rendement hoger zijn dan bij ellenlange woordenstromen.

- *Houd het praktisch en eenzijdig; weid niet uit*

Bijvoorbeeld: houd het met helpende gedachten op de *gedachten* van het gezinslid en haal niet *gevoelens* erbij. Dit maakt het veel te complex.

- *Doe veel in plaats van alleen praten, wissel praten en doen goed af*



'Veel doen' houdt bijvoorbeeld in model staan, gebaren maken, pictogrammen gebruiken of spelenderwijs dingen duidelijk maken.

- *Herhaal veel en vaak*  
Deze richtlijn spreekt voor zich. Leg de stappen van een doel gerust drie keer achter elkaar uit.
- *Leg doelen uit in enkele kleine stapjes. Bied vaardigheden aan in een beperkt aantal duidelijk te onderscheiden stappen*  
Probeer niet meer dan drie stapjes te gebruiken.  
In figuur 2.2 zijn twee vaardigheden, 'toestemming vragen' en 'nee accepteren', als voorbeeld gebruikt.

<p><b>Toestemming vragen</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ga naar je papa of mama toe.</li> <li>2. Vraag wat je wilt: 'mama/papa, mag ik ..., alsjeblieft?'</li> <li>3. Luister naar het antwoord van je papa of mama.</li> </ol> <p><b>Nee accepteren</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Haal diep adem.</li> <li>2. Zeg: jammer.</li> <li>3. Ga iets doen wat je leuk vindt.</li> </ol>
---

*Figuur 2.2 Vaardigheden in kleine stapjes*

- Minder gedifferentieerd waarnemen, minder goed classificeren, discriminatieprobleem

- 
- *Maak gebruik van beeldvormend materiaal, visualisaties/pictogrammen*  
Voor voorbeelden zie hoofdstuk 3 en bijlage 4.
  - *Schrijf groot en weinig*  
Bijvoorbeeld:

**DOEL: DUIDELIJK PRATEN**

- *Sluit aan bij de belevingswereld van de gezinsleden. Gebruik concrete, echt gebeurde situaties uit hun eigen leefwereld*  
Zo kan bijvoorbeeld een jongere uitgelegd worden waarom en waar de grenzen liggen in zijn agressieve gedrag tegenover zijn zusje. Als hij op voetbal zit, kan dat aan de hand van de regels en de rol van de scheidsrechter. Een veehouder kan

bijvoorbeeld iets duidelijk gemaakt worden aan de hand van het handelen met zijn vee.

- Moeite met reflecteren en abstract denken
- 

- *Houd rekening met het taalgebruik*

Wees bewust van abstracte en dubbelzinnige woorden: deze worden niet begrepen en uitdrukkingen worden letterlijk opgevat. Als er bijvoorbeeld wordt gezegd 'doe niet zo kattig', kan het zijn dat een licht verstandelijk gehandicapte dit niet snapt en denkt 'we hebben helemaal geen katten...!'

- *Sluit aan bij de belevingswereld van de gezinsleden*

Gebruik concrete, echt gebeurde situaties uit hun eigen leefwereld (zie ook onder 'Minder gedifferentieerd waarnemen, minder goed classificeren, discriminatieprobleem').

- *Probeer het in de wensensfeer: wonderstokje, tovervragen*

Bijvoorbeeld kan de vraag gesteld worden: Als je een toverstokje zou hebben, wat zou je dan toveren? De kans is groter dat de persoon daar een antwoord op weet te geven in plaats van na de moeten denken over dingen die nu niet goed gaan. Op deze wijze kan informatie verkregen worden over wat de persoon graag over en in zijn leven zou wensen (zie ook paragraaf 3.1).

### **2.3.2 Emotionele gesteldheid**

- Laag zelfbeeld en -vertrouwen
- 

- *Geef veel positieve bekrachtiging en complimenten*

Het is belangrijk om voor elke stap in de goede richting, hoe klein en onbetekenend misschien voor ons, een compliment te geven. Omdat licht verstandelijk gehandicapten zelf minder inzicht in en overzicht over een proces hebben, zijn complimenten en positieve bekrachtigingen handvatten voor hen die erop duiden dat ze op de goede weg zijn. Zij hebben dit ook nodig om de motivatie op te brengen om door te gaan. Om dezelfde reden is het van belang ook positieve veranderingen in het gezin duidelijk en concreet onder de aandacht te brengen.

- *Koppel activiteiten en vragen aan de mentale en niet aan de kalenderleeftijd*

Dit heeft te maken met overvraging van het gezinslid. Het kan onzekerheid opwekken als ervan uitgegaan wordt dat het betreffende kind al breuken kan maken omdat hij in groep 6 zit, terwijl hij door de licht verstandelijke handicap nog maar net toe is aan optelsommen. Als hij merkt dat er hoge verwachtingen ten opzichte van hem zijn, die hij niet waar kan maken, zal de paniek en onzekerheid die mogelijk ontstaan, belemmerend kunnen werken voor het gezin. Zorg daarom voor een goed evenwicht tussen aanbod en aankunnen.

- Acceptatie van de licht verstandelijke gehandicapte
- 

Door ouders:

- *Maak de handicap bespreekbaar en leg de consequenties van de handicap uit*  
Het is allereerst van belang dat door ouders en kinderen gezegd en erkend wordt dat het betreffende gezinslid een (licht verstandelijke) handicap heeft. Vervolgens is het belangrijk dat de gezinsleden erover durven en leren te praten. Dit zal het ook gemakkelijker maken om over de consequenties van de handicap te praten en deze te accepteren. Er kunnen zo ogen worden geopend van gezinsleden, waardoor de licht verstandelijk gehandicapte op waarde geschat en aanvaard wordt.

Door gezinsmedewerkers:

- *Kom op voor de belangen van de gezinsleden*  
Met name moeilijk lerende ouders kunnen nare ervaringen hebben doordat ze door verwijzers of andere betrokkenen bij het gezin niet altijd serieus genomen worden. Dit komt hun zelfvertrouwen niet ten goede. Het is daarom van groot belang om als gezinsmedewerker te laten merken dat jij ze wel serieus neemt. Concreet houdt dit onder andere in opkomen voor de belangen van de gezinsleden, in het bijzonder tegenover de buitenwereld. Dit geeft hun het idee dat ze het waard zijn om voor te vechten, wat de communicatie onderling en ten opzichte van de buitenwereld zeker zal bevorderen.

---

- Moeite met het uiten van emoties

- *Toon begrip voor emoties en maak ze bespreekbaar*  
Voor de vertrouwensband en het proces dat op gang wordt gezet in het gezin is het van groot belang dat de emoties die er zijn bij de verschillende gezinsleden serieus genomen worden. Als de gezinsleden dát ervaren zullen ze eerder openstaan voor vernieuwingen. Daarbij herkennen mensen met een licht verstandelijke handicap vaak niet hun eigen emoties en/of schamen zij zich ervoor. Hiervoor is het van belang ze bespreekbaar te maken.

### **2.3.3 Sociale vermogens**

---

- Gebrekkige sociale ondersteuning

- *Bied kansen en mogelijkheden aan en geef de persoon verantwoordelijkheid/leiding hierin*  
De voorbeelden in figuur 2.3 geven het effect weer van de toepassing van de bovenstaande richtlijn. In de eerste anekdote neemt een begeleider een initiatief, in de tweede ligt het initiatief bij de verstandelijk gehandicapte persoon zelf. Esther uit de voorbeelden is verstandelijk gehandicapt. De situatie zoals hier beschreven zal daarom erg overdreven lijken voor het werken met *licht* verstandelijk gehandicapten. Toch wordt het hier als voorbeeld gebruikt, omdat dit goed het idee weergeeft van het resultaat van verschillende aanpakken.

*Esther de Boer kent weinig mensen. Een begeleider zag dat ze eraan toe was eens een dagje uit te gaan en vond het een goed idee dat ze eens wat mensen ontmoette die ze niet zo vaak ziet. Hij bespreekt dit met Esthers zuster. Afgesproken wordt dat haar gezin, als ze binnenkort een dagje naar de dierentuin gaan, Esther komt ophalen. Het wordt geen succes. Esther verknalt de dag met haar voortdurende gemopper. Iedereen is doodmoe aan het eind van de dag. De begeleider is teleurgesteld: 'regel je iets, verpest je het zelf!' De familie van Esther de Boer zal zich nog wel een keertje bedenken voor ze haar weer meeneemt. Maar heel vreemd is het niet: Esther heeft een hekel aan drukte (een heel gezin met kinderen), houdt niet van reizen met de trein, is een beetje bang voor haar strenge zwager die ze niet graag mag.*

*Hoe had het ook anders gekund?*

*De begeleider vraagt of Esther zin heeft in een dagje uit. Dat heeft ze, maar wat en met wie, daar heeft ze geen duidelijke ideeën over. De begeleider knipt allerlei foto's uit van soorten uitstapjes. Een stuk of tien. Daarnaast pakt hij de netwerkkaart (met foto's) van Esther. Hij bedekt de foto's van mensen die ze al vaak ziet: haar moeder, huisgenoten, en begeleiders. Esther is enthousiast en komt tot verrassende combinaties: ze wil graag met een collega van het dagcentrum naar het strand of met een nicht die ze zelden ziet naar de Efteling. Ze geeft ook aan met haar zus koffie te willen drinken in de stad en kleren te kopen. Ze belt zelf met haar zus en haar nicht. Ze zegt precies wat haar plan is. Die zeggen allebei toe. Haar nicht vraagt of haar vriendin ook mee mag. Dat vindt Esther prima. Ze is vol van de plannen. Uiteindelijk gaat ze met haar zus kleding kopen, en een week later met haar nicht en vriendin op stap. Esther gedraagt zich goed. Haar nicht belooft meer contact te houden. Vooral ook met haar vriendin heeft Esther erg gelachen.*

*Figuur 2.3 Esthers sociale netwerk*

*Bron: Smit en Van Gennep 1999*

- *Betrek licht verstandelijk gehandicapte ouders actief bij contact met anderen*

Aan de hand van een voorbeeld wordt hier toegelicht hoe gezinsleden met een licht verstandelijke handicap actief betrokken kunnen worden bij het contact met anderen. Er moet een nieuw paspoort worden aangevraagd. Het versnelt de gang van zaken waarschijnlijk als de gezinsmedewerker het woord doet in het gemeentehuis en tegen het gezinslid zegt wat hij moet doen (hier de handtekening zetten, et cetera). Hierdoor wordt de verantwoordelijkheid van het gezinslid overgenomen in plaats dat hij geactiveerd wordt de verantwoordelijkheid met achtergrondhulp te nemen en te volbrengen. Door te stimuleren en aan te zetten dergelijke zaken te doen krijgt het gezinslid meer zelfvertrouwen om te staan en te handelen in de maatschappij. Bovendien wordt hij zo ook gestimuleerd om te gaan met andere mensen op verschillende manieren. Dit zal de contacten met het eigen sociale netwerk ten goede komen, doordat hij op deze wijze leert om zelfstandig initiatieven te nemen.

### 2.3.5 Communicatie

- *Wees alert op overvraging*  
 Probeer een beeld te vormen van de eisen die de omgeving stelt aan en de uitdaging die zij vormt voor het licht verstandelijk gehandicapte gezinslid. Voorkom dat hij overvraagd wordt, zodat er alleen maar meer onzekerheid optreedt.
- *Geef uitdaging*  
 Bij verlegen, in zichzelf gekeerde licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden kan het van belang zijn uit te dagen tot communicatie. Dat houdt in: uitdagen tot het uiten van emoties, het maken van gebaren, het zeggen wat hem bezighoudt, het zeggen wat hij ziet, et cetera. Maar ook: daag uit om te kiezen, om te groeten en om te plagen. Het rijtje in figuur 2.4 geeft nog meer gedragingen die communicatie totaal maken. Wees er als gezinsmedewerker bewust van dat al deze gedragingen iets zeggen over de betreffende persoon.

Communicatieve gedragingen: ✗ <i>Aandacht voor partner</i> ✗ <i>Opmerken wanneer een activiteit onderbroken wordt</i> ✗ <i>Uiten van gevoelens</i> ✗ <i>Beurt nemen tijdens een activiteit</i> ✗ <i>Accepteren van een aangeboden voorwerp</i> ✗ <i>Protesteren of afwijzen</i> ✗ <i>Kiezen</i> ✗ <i>Groeten of gedag zeggen</i> ✗ <i>Vragen om hulp</i> ✗ <i>Vragen om een voorwerp of activiteit</i> ✗ <i>Vragen om aandacht voor zichzelf</i> ✗ <i>Antwoord geven op ja/nee-vragen</i> ✗ <i>Informatie geven over iets of iemand</i> ✗ <i>Vragen om informatie</i> ✗ <i>Uitdrukken van gevoelens, gedachten, meningen</i> ✗ <i>Grapjes maken, doen alsof, plagen</i>
---

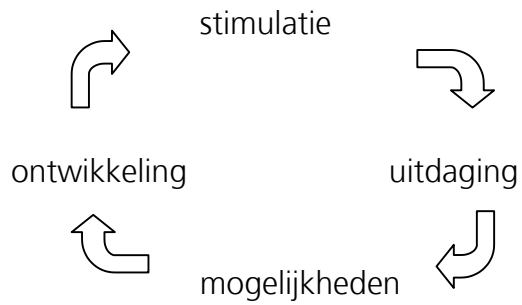
*Figuur 2.4 Communicatieve gedragingen*  
 Bron: Bos en Heim 1997

- *Maak gebruik van eenvoudig concreet taalgebruik en korte zinnen*  
 Let hierbij op het gebruik van abstracte woorden en jargon. Ondersteunende gebaren houden de aandacht van licht verstandelijk gehandicapten eerder vast dan veel woorden in complexe zinnen.

## 2.4 EEN CIRCULAIR PROCES

Uit alle hierboven beschreven richtlijnen blijkt dat uitdaging een belangrijk aspect is in de omgang met licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden. Door het stimuleren van de gezinsleden ondervinden zij uitdaging om juist datgene te doen waar ze niet toe in staat geacht werden. Als deze aangeboden mogelijkheden aangegrepen worden door het gezinslid, kunnen wonderlijke processen in hun ontwikkeling in gang worden gezet.

Het licht verstandelijk gehandicapte gezinslid dat nieuwe dingen leert zal zich zo langzaam verder ontwikkelen en dat zal ieder ander aanzetten om door te gaan met hem stimuleren en hem uitdagen (dit proces is schematisch weergegeven in figuur 2.5, volgende pagina). Deze 'ideale' situatie zal zich niet elke keer in elk gezin voordoen. Het belangrijkste is je houding: ontdek de kracht van het (licht verstandelijk gehandicapte) gezin(slid)!



*Figuur 2.5 SUMO-cirkel*

### **3 TECHNIEKEN EN HULPMIDDELEN IN HET WERKEN MET LICHT VERSTANDELIJK GEHANDICAPTEN**

Na een inhoudelijke verdieping in de kenmerken van mensen met een licht verstandelijke handicap (hoofdstuk 1) en een beschrijving van enkele richtlijnen voor het omgaan met deze doelgroep (hoofdstuk 2), komen in dit hoofdstuk de concrete technieken en interventies van Families First-LVG aan de orde.

In feite vormt dit hoofdstuk een bundeling van aanpassingen en nieuwe ideeën binnen de methodiek van Families First-LVG. In de eerste plaats zijn deze ontwikkeld door het NIZW in samenwerking met de pilots en vormen zij een aanvulling op de al bestaande en geschikte methodes van Families First, zoals beschreven in de handleiding voor gezinsmedewerkers (Berger en Spanjaard 1996). Sommige zijn bekend, andere weer minder bekend. Daarnaast zijn de technieken aangevuld met waardevolle aanpassingen en nieuwe inspirerende ideeën vanuit de praktijk die opgespoord zijn met behulp van de vragenlijsten en de bezoeken aan de vijf Families First-LVG-teams.

Uitgebreidere versies van de voorbeelden die hier gegeven worden zijn te vinden in de bijlage.

#### **3.1 VERZAMELEN EN ANALYSEREN VAN INFORMATIE, STELLEN VAN DOELEN**

##### **▪ Doelkaarten**

- *Doel* Het werken met doelkaarten geeft de volledige informatie over veel aspecten van het dagelijks leven en structureert het proces van het komen tot een doel. Gezinsleden kunnen op de kaartjes aangeven wat zij graag zouden willen, zodat de gezinsmedewerker een beeld krijgt van de wensen en behoeftes van het gezinslid op verschillende vlakken van het dagelijkse leven. Meer informatie hierover is te vinden in de handleiding voor gezinsmedewerkers (Berger en Spanjaard 1996).
- *Aanpassing* De doelkaarten die gebruikt worden in gezinnen met een licht verstandelijk gehandicapt gezinslid, zijn aangepaste, vereenvoudigde versies van de al bestaande, reguliere doelkaarten. Hiertoe is het aantal keuzemogelijkheden op een doelkaart beperkt tot maximaal zeven en zijn sommige doelen herschreven in eenvoudiger taal.
- *Situatie/tijdstip van gebruik* Licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden blijken goed in staat doelen te stellen die reëel zijn en die kunnen leiden tot wezenlijke veranderingen. Het stellen van doelen met licht verstandelijk gehandicapte ouders en kinderen gebeurt vaak in gesprekken en jongeren met een verstandelijke handicap

hebben soms behoefte aan het gebruik van doelkaarten. In veel gevallen functioneren die als extra middel om hen te motiveren voor de hulp

- *Voorbeeld/bijlage* In figuur 3.1 is een voorbeeld opgenomen van een doelkaart zoals gebruikt wordt binnen de basismethodiek van Families First en een voorbeeld van een aangepaste doelkaart van Families First-LVG. Inmiddels worden de aangepaste doelkaarten ook veel binnen Families F First gebruikt, vanwege de overzichtelijkheid van deze kaarten. In de bijlage 1 zijn alle aangepaste doelkaarten te vinden.

<p><i>Eigen stemming/gevoel</i></p> <p>Ik wil graag:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ me gelukkiger voelen</li> <li>~ minder bang zijn</li> <li>~ minder jaloers zijn</li> <li>~ leuk gevonden worden</li> <li>~ geen spullen stukmaken in ruzies</li> <li>~ minder snel boos worden</li> <li>~ me minder zorgen maken</li> <li>~ rustig worden als ik boos ben</li> <li>~ minder scheldwoorden gebruiken</li> <li>~ minder eng dromen of denken</li> <li>~ met iemand praten over mijn geheimen</li> <li>~ iets anders: .....</li> </ul>	<p><i>Eigen stemming/gevoel</i></p> <p>Ik wil graag:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>~ me gelukkiger voelen</li> <li>~ minder bang zijn</li> <li>~ rustig worden als ik boos ben</li> <li>~ minder schelden</li> <li>~ minder eng dromen of denken</li> <li>~ me minder snel zorgen maken</li> <li>~ met iemand praten over mijn geheimen</li> <li>~ iets anders: .....</li> </ul>
---	---

*Figuur 3.1 Voorbeelden oorspronkelijke doelkaart (links) en aangepaste doelkaart Families First-LVG (rechts)*

#### ▪ **Wondervragen/toverstokje**

- *Doel* Met wondervragen worden wensen tot verandering geïnventariseerd ten behoeve van doelen die gesteld moeten worden. Directe vragen kunnen voor mensen met een licht verstandelijke handicap soms moeilijk te beantwoorden zijn. Een indirecte vraag in de wensensfeer daarentegen kan veel informatie opleveren.
- *Werkwijze*
  - Het gaat om vragen in de aard van:
    - Als er een wonder zou gebeuren, wat zou er dan anders zijn?
    - Als ik je een toverstokje zou geven, wat zou je dan toveren?
  - Deze wijze van informatie verzamelen voor het stellen van doelen wordt al langere tijd door diverse hulpverleners gebruikt. Het sluit onder andere aan bij de 'oplossingsgerichte benadering'.



## ▪ Competentieanalyse

- Doel* Met behulp van het competentiemodel kijkt de gezinsmedewerker voor welke taken het gezinslid staat en over welke vaardigheden hij beschikt. De analyse hiervan is uiteindelijk gericht op *empowerment*: het versterken van de potentiële krachten van een individu en zijn directe omgeving.
- *Aanpassing* Licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden kunnen soms een zodanige achterstand hebben, dat zij nog onvoldoende vaardig zijn op het gebied van de taken uit de voorgaande ontwikkelingsfase. Zo kan voor hen gelden dat een jongere nog niet alle ontwikkelingstaken van de basisschoolleeftijd beheerst. De ontwikkelingstaken van beide fases worden in figuur 3.2 beschreven. Met name op het gebied van de ontwikkelingstaak 'gebruik van basale infrastructuren' hebben licht verstandelijk gehandicapte jongeren vaak onvoldoende vaardigheden (Schipperus en Berger 2001). Voor de gezinsmedewerker is het van belang hier speciale aandacht aan te besteden ter stimulering en vergroting van de onafhankelijkheid en zelfstandigheid van het licht verstandelijk gehandicapte gezinslid. Ook het zoeken naar de balans tussen de ontwikkelingstaken en de vaardigheden van de licht verstandelijk gehandicapte verdient extra aandacht, omdat deze doelgroep regelmatig overschat, maar ook onderschat wordt.
- *Werkwijze* De competentieanalyse dient in het begin van de hulp gemaakt te worden, om van daaruit te kunnen bepalen welke vaardigheden de persoon nodig heeft om de ontwikkelingstaken, behorend bij zijn leeftijdsfase en gezien zijn niveau, te kunnen volbrengen.
- *Voorbeeld* Voor meer informatie over de competentieanalyse zie de handleiding *De gespecialiseerde Sociale vaardigheidstraining* (Schipperus en Berger 2001) en *Families First. Handleiding voor gezinsmedewerkers* (Berger en Spanjaard 1996).

<p><i>Ontwikkelingstaken kinderen (4-12 jr)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Omgaan met ouders en familie</li> <li><input type="checkbox"/> Omgaan met volwassenen</li> <li><input type="checkbox"/> Omgaan met leeftijdsgenoten</li> <li><input type="checkbox"/> Zorg dragen voor eigen gezondheid en veiligheid</li> <li><input type="checkbox"/> Invullen van vrije tijd</li> <li><input type="checkbox"/> Deelnemen aan het basisonderwijs</li> <li><input type="checkbox"/> Nemen van deelverantwoordelijkheden in thuissituatie</li> <li><input type="checkbox"/> Gebruikmaken van basale infrastructuren</li> </ul>	<p><i>Ontwikkelingstaken adolescenten (12-25jr)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vorm geven aan veranderende relaties binnen het gezin</li> <li><input type="checkbox"/> Opbouwen en onderhouden van sociale contacten en vriendschappen</li> <li><input type="checkbox"/> Vorm geven aan intimiteit en seksualiteit</li> <li><input type="checkbox"/> Zorg dragen voor gezondheid en uiterlijk</li> <li><input type="checkbox"/> Participeren in onderwijs of werk</li> <li><input type="checkbox"/> Omgaan met autoriteiten en instanties</li> <li><input type="checkbox"/> Invullen van vrije tijd</li> <li><input type="checkbox"/> Creëren en onderhouden van eigen woon- en leefsituatie</li> </ul>
--	--

Figuur 3.2 Ontwikkelingstaken basisschoolkinderen en adolescenten

- **Informatie verzamelen aan de hand van dagelijkse routine: een gewone dag**
- *Doel* De dagelijkse routinelijst wordt afgenomen om zicht te krijgen op de opvoedingssituaties en de situaties waarin probleemgedragingen van gezinsleden zich voordoen.
- *Tijdstip van gebruik* De gezinsmedewerker kan, in het kader van informatie verzamelen, tijdens een gesprek met gezinsleden over de dagelijkse routine zijn aantekeningen op dit formulier schrijven.
- *Voorbeeld/bijlage* De eerste pagina van het schema 'Een gewone dag' is in figuur 3.3 weergegeven (Berger en Van Vugt 2000). De volledige versie is te vinden in bijlage 2

Tijd	Activiteiten	Hoe gaat het nu?	Hoe wilt u het?
..... uur	<b>WAKKER WORDEN EN OPSTAAN</b> (Hoe verloopt dit: wie staat als eerste op, staat ieder op tijd op, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>LICHAMELIJKE VERZORGING</b> (Hoe verloopt het wassen en aankleden van de kinderen, wie doet het zelfstandig en wie wordt geholpen, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>ONTBIJT</b> Wie is erbij aanwezig, waar wordt er ontbeten, wat wordt er gegeten, eten de kinderen wat ze van de ouders moeten eten, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>VERTREK NAAR SCHOOL/DAGOPVANG</b> (Wie gaat er weg en hoe laat, gaat ieder op tijd weg, wie wordt er gebracht en wie gaat zelfstandig, hoe is de sfeer?)		

Figuur 3.3 Eerste gedeelte schema 'Een gewone dag'  
Bron: Berger en Van Vugt 2000

### 3.2 TECHNIEKEN VOOR HET AANLEREN VAN SOCIALE VAARDIGHEDEN

#### ▪ Opdelen van een vaardigheid in kleine stapjes

- *Doel* Het leren van ander gedrag aan een gezinslid wordt vergemakkelijkt door de vaardigheid in kleine stapjes aan te bieden.
- *Aanpassing* Binnen Families First-LVG is het van belang het aantal stapjes van de te leren vaardigheid tot maximaal drie te beperken. Houd het bovendien bij duidelijke, eenvoudige en observeerbare stappen. Wanneer blijkt dat er meer dan drie stappen nodig zijn om een vaardigheid aan te leren, kan geprobeerd worden de vaardigheid op te delen in twee afzonderlijke vaardigheden of een onderscheid te maken in stappen en aandachtspunten. Ook kunnen sommige vaardigheden opgedeeld worden in 'denk'- en 'doe'-stappen.
- *Variatietip* Ter verduidelijking kunnen er visualisaties bij gebruikt worden of kan het gezinslid er zelf iets bij tekenen. Dit vergroot ook de betrokkenheid van het gezinslid bij de te leren vaardigheid.
- *Voorbeeld* In figuur 3.4 volgt een voorbeeld van de vaardigheid 'nee accepteren' in drie stapjes en van de vaardigheid 'iets vragen' in 'denk'- en 'doe'-stappen (Schipperus en Berger 2001).

#### **NEE ACCEPTEREN**

- 1) Haal diep adem.
- 2) Zeg: jammer.
- 3) Ga iets doen wat je leuk vindt.

#### **IETS VRAGEN**

- ☞ *Bedenk wat je wilt vragen.*
- 1) Noem de naam van de ander.
  - 2) Wacht tot de ander aandacht voor je heeft.
  - 3) Stel je vraag.

*Figuur 3.4 Vaardigheden opdelen in kleine stapjes en in 'denk'- en 'doe'-stappen*

## ▪ Rode-oranje-groene-kaartenspel

- *Doel* Door middel van dit spel leren gezinsleden adequaat en zinvol op elkaar te reageren, met behulp van positieve en negatieve feedback. Hierdoor leren gezinsleden het gedrag van elkaar te herkennen (en de grenzen bij elkaar), een bevestiging te krijgen voor het goede gedrag en het ongewenste gedrag bij zichzelf te veranderen. Dit wordt bevorderd door de spelregel dat verteld moet worden *waarom* de ander een bepaalde kleur kaart krijgt en door de regel dat de ontvanger de reden op de kaart dient te schrijven. Bovendien werkt dit spel emotieregulering in de hand.
- *Vernieuwing* De vernieuwing zit in het gegeven dat de gezinsleden wordt geleerd te reageren op *elkaars* gedrag, door middel van gekleurde kaartjes (die in feite het geven van feedback inhouden) in plaats van dat gezinsmedewerkers feedback geven aan gezinsleden.
- *Situatie* Dit spel kan goed worden gebruikt om series negatieve reacties op elkaar in een gezin te doorbreken en positieve reacties te stimuleren.
- *Instructie* De spelregels van dit creatieve spel staan in figuur 3.5. Meer informatie hierover kan gegeven worden door het Families First-LVG-team in Nijmegen (voor adres zie bijlage 6).

### SPELREGELS RODE-ORANJE-GROENE-KAARTENSPEL

#### DOEL: BEHAAL ZO VEEL MOGELIJK GROENE KAARTEN!!

- **Je deelt een groene kaart uit**

Dit doe je omdat de ander iets leuks voor je heeft gedaan. Denk klein! Hiermee wordt bedoeld dat je sommige vanzelfsprekendheden, zoals drinken inschenken, koffie zetten, of gewoon iets aardigs zeggen, als opvallend gaat beschouwen. Wanneer je de kaart geeft, zeg dan wat je leuk en/of aardig vindt.

- **Je krijgt een groene kaart**

Deze neem je in ontvangst wanneer de ander aan jou heeft laten weten wat je hebt gedaan. Dit schrijf je op de groene kaart. Bijvoorbeeld: 'Ik heb de groene kaart ontvangen omdat ik zonder te vragen mijn kamer heb opgeruimd.'

- **Je deelt een oranje kaart uit**

Dit doe je wanneer de ander iets doet waardoor jouw grens in zicht komt. Bijvoorbeeld: jij voelt dat je boos begint te worden op, of geïrriteerd raakt door de ander. **Voor je de kaart geeft, tel je eerst tot tien!** Wanneer je de kaart geeft, vertel je waarom je boos begint te worden.

- **Je ontvangt een oranje kaart**

Deze neem je in ontvangst wanneer de ander aan jou heeft laten weten waarom hij zich zo voelt. Dit schrijf je op de oranje kaart. Bijvoorbeeld: 'Ik heb de oranje kaart gekregen omdat ik heb geschreeuwd.'

- **Je deelt een rode kaart uit**

Dit doe je wanneer je grens is bereikt. Dit is het **STOP**-teken (je laat **NU de rode kaart zien**). Beide partijen gaan nu 5 minuten uit elkaar. Dat wil zeggen: niet meer in dezelfde ruimte. Na deze 5 minuten vertel je aan de ander waarom je de rode kaart geeft.

- **Je ontvangt een rode kaart**

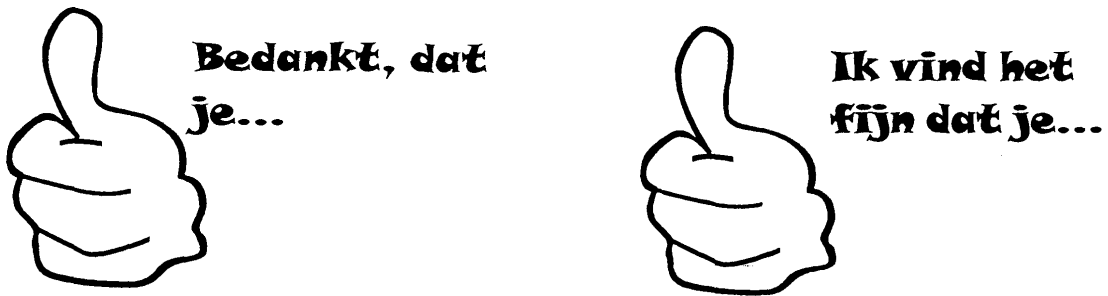
Deze neem je na 5 minuten time-out in ontvangst wanneer de ander jou heeft verteld waarom je de rode kaart hebt gekregen. Dit schrijf je op je rode kaart. Bijvoorbeeld: 'Ik heb de rode kaart gekregen omdat ik heb gescholden.'

- **Grabbelton als beloning**

- *Doel* Met dit hulpmiddel worden positieve momenten en verrassingen gecreëerd tussen de ouders en het licht verstandelijk gehandicapte kind. Bovendien wordt het kind beloond en zo versterkt in zijn gewenste gedrag.
- *Werkwijze* De ouders kopen kleine cadeautjes, pakken die in en maken een grabbelton waar de cadeautjes in verstopt worden. Als het kind gewenst gedrag vertoont, dan mag het als beloning een cadeautje grabbelen.
- *Situatie/tijdstip van gebruik* De grabbelton wordt gebruikt als beloning en kan als zodanig ook gekoppeld worden aan andere technieken. Bijvoorbeeld als beloning bij het stoplicht (zie paragraaf 3.4).

- **Duimenkaart**

- *Doel* Een duimenkaart is een hulpmiddel dat de gezinsleden ondersteuning geeft bij het elkaar complimenten leren geven, waardoor het zelfvertrouwen van gezinsleden versterkt wordt en de sfeer in het gezin aangener zal worden.
- *Werkwijze* De gezinsmedewerker stimuleert de gezinsleden om elkaar een duimenkaart te geven als er iets leuks gebeurt. Bijvoorbeeld: 'Wat goed van je, dat je...'; 'Ik wil je bedanken voor...' of 'Wat ziet ... er leuk uit!' In het begin kan de gezinsmedewerker zelf de kaartjes geven aan de gezinsleden en zo model staan. De duimenkaarten moeten voor de gezinsleden zo bereikbaar liggen dat zij ze elk moment kunnen pakken.
- *Voorbeeld/bijlage* Naast de twee voorbeelden in figuur 3.6 zijn in bijlage 3 alle kaartjes te vinden die nu beschikbaar zijn.



Figuur 3.6 Twee voorbeelden van duimenkaart

▪ **Smilie-😊-poly**

- *Doel*

Het doel van dit spel is om de communicatie en interactie tussen de gezinsleden te bevorderen. Het spel is met name zinvol wanneer de gezinsleden op elkaar betrokken zijn, maar geen positieve manier van contact maken meer hebben.

- *Werkwijze*

Het bord van Monopoly (een smilie-o-poly-speelbord is nog in ontwikkeling) wordt op tafel gelegd. Onder de gezinsleden worden de straten verdeeld. Ieder gezinslid is op deze manier al eigenaar van verschillende straten.

Met een pion moet het aantal ogen van de dobbelsteen gelopen worden. Wanneer iemand op een straat komt, dan moet deze bezoeker een leuke en aardige vraag stellen aan het gezinslid van wie deze straat is. Wanneer er een leuke en aardige vraag gesteld is (de rest van het gezin is hierbij de jury), geeft het gezinslid antwoord. De vragensteller krijgt voor het stellen van de vraag een smilie. Als iemand het te moeilijk vindt om een vraag te bedenken, dan kan hij een vraag pakken uit de 'aardigevragenpot'. De smilie kan hierdoor ook gewoon verdiend worden! Wanneer de antwoordgever een 'goed' (dat wil zeggen een adequaat) antwoord geeft, krijgt deze als dank voor het antwoord een smilie hiervoor terug.

Wanneer iemand op de vakjes 'Algemeen fonds' of 'Kans' komt, dan kan dat gezinslid 2 smilies verdienen door een 'algemene vraag' (aan een willekeurig gezinslid) te stellen of een 'kans op een extra smilie'-opdracht te doen.

Wanneer iemand langs start komt, krijgt dit gezinslid van de bank (= gezinsmedewerker of een ouder) 2 smilies.

Indien men naar de gevangenis wordt verwezen, dan kan men bevrijd worden door de eerste persoon die de gevangenis passeert. Dit gezinslid moet dan iets te drinken inschenken voor degene in de gevangenis. Dit om hem te troosten.

De 'aardigste persoon van de dag' is het gezinslid die aan het einde van het spel de meeste smilies heeft.

- *Situatie/tijdstip van gebruik* Aan te raden is om dit spel pas na de kennismakingsfase in te zetten, wanneer er een duidelijker beeld is van het gezinssysteem.
- *Voorbeeld/bijlage* Voor meer uitleg en illustraties kunt u terecht bij het Families First-LVG-team in Amsterdam (voor adres zie bijlage 6).3.3 Technieken voor het aanleren van cognitieve vaardigheden
- **Gedachten die helpen**
  - *Doel* De gezinsmedewerker probeert met behulp van de techniek 'Gedachten die helpen' gezinsleden te helpen de storende gedachten (die belemmeren op het juiste moment de gewenste vaardigheid in te zetten) te achterhalen en die te vervangen door zogeheten helpende gedachten.
  - *Aanpassing* De techniek is gebaseerd op de techniek 'Storende en helpende gedachten', zoals beschreven door Berger en Spanjaard (1996). Voor gezinnen met een licht verstandelijk gehandicapt gezinslid is dit vereenvoudigd naar 'Gedachten die helpen'. De opzet daarvan is eenvoudiger, waardoor er een minder groot appèl gedaan wordt op inzicht en mogelijkheden tot zelfobservatie bij gezinsleden. Concreet is het aantal vragen verminderd van acht naar vier.
  - *Voorbeeld/instructie* In figuur 3.7 is het vereenvoudigde schema van de techniek 'Gedachten die helpen' weergegeven, waarna de instructie volgt in figuur 3.8.

<b>FORMULIER 'HELPENDE GEDACHTEN'</b>
<b>GEBEURTENIS</b> Beschrijf de gebeurtenis.
<b>IK DENK NIET MEER</b> De gedachte die niet helpt:
<b>IK ZEG WEL TEGEN MEZELF</b> De gedachte die helpt:
<b>IK GA DOEN</b>

Figuur 3.7 Formulier 'Gedachten die helpen'

### Richtlijnen voor de toepassing van de techniek 'Gedachten die helpen'

- Gebruik korte zinnen in eenduidige en concrete taal
- Maak geen onderscheid tussen gedachten en gevoelens tijdens het werken aan deze techniek. 'Vertaal' gevoelens van een gezinslid naar gedachten.

Voorbeeld:

Vader: 'Nou, je begrijpt wel, dan voel ik me dus echt bescheten.'

Gezinsmedewerker: 'Dat kan ik me voorstellen! Wat denk je dan precies?'

Vader: 'Hij probeert me erbij te lappen, hij heeft wat tegen me!'

- Je spreekt over gedachten die helpen en gedachten die niet helpen.
- Beperk je tot één gebeurtenis en één gedachte.
- Gebruik voorbeelden uit het alledaagse leven van het betreffende gezinslid.
- Stop wanneer je merkt dat een gezinslid geen zicht heeft/krijgt op eigen gedachten.

De techniek bestaat uit de volgende stappen:

#### 1. INTRODUCTIE

'Ik wil het vandaag met je hebben over gedachten/dingen die je tegen jezelf zegt. (Noem voorbeelden uit het alledaagse leven van het gezinslid.) Stel: Ajax speelt tegen Feyenoord en staat bij rust 0-1 achter. Dan kunnen de spelers denken: oh, dat lukt ons nooit meer, we hebben zoveel kansen aan ons voorbij laten gaan, het zit ons vandaag gewoon echt tegen. Maar ze kunnen ook denken: we gaan er tegenaan, ze zullen ons niet klein krijgen, in de tweede helft gaan we onze kansen benutten. Wanneer denk je dat de kans het grootst is dat ze gaan winnen?'

#### 2. GEBEURTENIS

'Ik wil het nu met je hebben over ..... (gebeurtenis), omdat ik denk dat in die situatie ook gedachten/dingen die je tegen jezelf zegt een rol spelen.'

De gezinsmedewerker geeft kort aan wat hij heeft gezien/gehoord over de gebeurtenis en houdt een observatie uit de tweede hand. De gezinsmedewerker beschrijft samen met het gezinslid de gebeurtenis waarbij de gedachte die niet hielp een rol speelde. De gebeurtenis wordt in het eerste blok op het formulier 'Gedachten die helpen' geschreven.

#### 3. DE GEDACHTE DIE NIET HELPT

De gezinsmedewerker beschrijft samen met het gezinslid de gedachte die niet helpt. Hij vult deze in op het formulier.

#### 4. DAAG DE GEDACHTE UIT

De gezinsmedewerker gaat samen met het gezinslid na of deze gedachte klopt met de werkelijkheid en/of de gedachte het gezinslid helpt zijn doel te bereiken.

De gezinsmedewerker zet een rood kruis op het formulier door de gedachte die niet helpt.

#### 5. DE GEDACHTE DIE HELPT

De gezinsmedewerker formuleert samen met het gezinslid een gedachte die helpt. Hij vult dit in op het formulier.

#### 6. ONDERSTEUNEND GEDRAG

De gezinsmedewerker bepaalt samen met het gezinslid wat het gezinslid gaat doen. Dit gedrag ondersteunt de gedachte die helpt. Hij vult dit ondersteunende gedrag in op het formulier.

#### 7. OEFENOPDRACHT

De gezinsmedewerker gaat samen met het gezinslid na wanneer hij dit kan gaan oefenen.

*Figuur 3.8 Richtlijnen voor de techniek 'Gedachten die helpen'*

## ▪ Het oplossen van problemen

- Doel Met deze vaardigheid wordt beoogd het probleemoplossend vermogen van licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden te vergroten, zodat ze na Families First beter met hun problemen kunnen omgaan.



- *Instructie* De toelichting op de vaardigheid 'het oplossen van problemen' is te lezen in figuur 3.9

**VAARDIGHEID 'HET OPLOSSEN VAN PROBLEMEN'**

**1. Wat doe je als er in de toekomst problemen ontstaan?**  
 Introductie (voorbeeld):  
 'Straks heb je geen Families First meer, dan kom ik niet meer langs. Het zal dan niet zo zijn dat je nooit meer een probleem krijgt. Er zal zich in de toekomst vast nog wel eens een probleem of moeilijkheid voordoen. Vandaag wil ik eens met je kijken hoe je daar dan mee om kunt gaan.'

**2. Inventariseren van mogelijke problemen**  
 De gezinsmedewerker gaat eerst met het gezinslid na welke problemen zich in de toekomst mogelijk zullen voordoen. Je kunt dan denken aan:  
 ~ praktische problemen  
 ~ opvoedingsproblemen  
 ~ emotionele problemen.

**3. Per (soort) probleem nagaan wat je kunt doen en wie je erbij kunt betrekken.**  
 Met de gezinsleden loopt de gezinsmedewerker de te verwachten problemen door. Belangrijke vragen hierbij zijn:  
 ~ wat heb je de afgelopen tijd gedaan als dit probleem zich voordeed?  
 ~ wat kun je doen als dit zich voordoet?  
 ~ wie kan je bij dit probleem helpen of ondersteunen?

**4. Afspraken vastleggen**  
 De gezinsmedewerker legt de afspraken over het omgaan met problemen vast op een voor het gezinslid begrijpelijke manier.

Figuur 3.9 Instructie bij de vaardigheid 'het oplossen van problemen'

- **Structureren dagelijkse routine: schematische dagindeling**
  - *Doel* Het doel van een schematische dagindeling is om licht verstandelijk gehandicapten te helpen veranderingen gedurende een lagere tijd vast te houden. Door alle veranderingen, werkpunten, afspraken en dergelijke in een duidelijk, overzichtelijk schema in te bedden, krijgt de persoon inzicht in zijn dagstructuur, en dat komt ten goede aan het nakomen van de afspraken en dergelijke.
  - *Aanpassing* Er zijn verschillende versies van dagindelingen in omloop. Over het algemeen is het taalgebruik eenvoudig en wordt de tijd aangegeven door middel van een klok. Bij licht verstandelijk gehandicapte gezinsleden wordt in de schematische dagindeling als hulpmiddel vaker gebruikgemaakt van eenvoudige plaatjes. Door deze visualisaties blijft de dagindeling langer en gemakkelijker vastgehouden in hun gedachten.
  - *Voorbeeld/bijlage* Een schema van 'Hoe laat, wat, wie' en voorbeelden van diverse plaatjes zijn te vinden in bijlage 4.

- *Variatietip* Laat de gezinsleden zelf plaatjes tekenen of teken ze samen met het gezinslid en laat ze zelf de plaatjes inkleuren. De betrokkenheid en daarmee de motivatie van het gezinslid bij dit onderdeel kan daardoor vergroot worden.



Iets voor jezelf doen



Samen theedrinken



Huiswerk maken

*Figuur 3.10 Voorbeelden van pictogrammen bij 'Hoe laat, wat, wie'*

### **3.4 TECHNIEKEN VOOR HET AANLEREN VAN VAARDIGHEDEN VOOR HET OMGAAN MET EMOTIES**

#### ▪ **Stoplicht en eerstehulpkaart**

- *Doel* Het doel van het werken met het stoplicht en de eerstehulpkaart is dat het gezinslid leert escalerende gevoelens en emoties tijdig te onderkennen. Hij krijgt gedragsalternatieven aangeboden waardoor hij in moeilijke situaties zó leert te reageren dat hij voor zichzelf en voor anderen geen gevaar is.
  - *Aanpassing* Het stoplicht is een vervanging van de thermometer die gebruikt wordt binnen de basismethodiek van Families First. Het stoplicht heeft minder stappen en is dus overzichtelijker.
  - *Voorbeeld/bijlage* Het stoplicht en de eerste hulpkaart is zijn te vinden in bijlage 5.
  - *Variatietip* Naast het direct benoemen van gevoelens bij de kleuren van het stoplicht, kunnen deze gevoelens eventueel ook verwoord worden in bijvoorbeeld de hobby's van het gezinslid. Bijvoorbeeld: bij groen voel ik me André Hazes en bij rood voel ik me Dance, of: bij groen voel ik me een Fiat punto en bij rood voel ik me een Ferrari.
- #### ▪ **De vier basale gevoelens**
- *Doel* Het doel van de techniek 'De vier basale gevoelens' is het bevorderen van het herkennen en benoemen van gevoelens van kinderen door hun ouders.

- *Werkwijze*

De vier basale gevoelens kunnen op verschillende wijzen 'geoefend' worden. Zo kan met behulp van kaartjes (zie figuur 3.11) een gesprek aangegaan worden. Daarnaast bezit de 'Doos vol gevoelens' veel en uitgebreid materiaal (poppetjes, maskers, et cetera) waarmee al spelenderwijs de vier basisgevoelens besproken kunnen worden.

*Voorbeeld/bijlage*

In figuur 3.11 zijn twee voorbeelden opgenomen van kaartjes over de vier basale gevoelens. De gevoelskaarten, evenals de 'Doos vol gevoelens' is verkrijgbaar bij het Centrum voor ErvaringsGericht Onderwijs – VZW (voor adres zie bijlage 6).



*Blij*



*Verdrietig*

*Figuur 3.11*



## LITERATUUR EN WEBSITES

### Literatuur

Berger, M., R. Portengen e.a.

*Families First. Handleiding voor teamleiders.* Utrecht: NIZW, 1997

Berger, M. en H. Spanjaard

*Families First. Handleiding voor gezinsmedewerkers.* Utrecht: NIZW, 1996

Berger, M. en M. van Vugt

*Intensieve competentiegerichte hulp aan gezinnen. Methodiekhandleiding voor het werken met gezinnen in de thuissituatie.* Amsterdam/Duivendrecht: PI Research, afdeling GT, 2000

Berckelaer-Onnes, I.A. van

De sociaal-emotionele ontwikkeling van jonge kinderen met een verstandelijke handicap. In: G.H. van Gemert en R.B. Minderaa (red.), *Zorg voor mensen met een verstandelijke handicap.* Assen: Van Gorcum, 1997

Beumer, M., H. Jagers e.a.

*Families First voor licht verstandelijk gehandicapten. Eindverslag Deel 1: Procesverslag.* Utrecht: NIZW, 2000

Beumer, M.

*Trainershandleiding Workshop Het werken met moeilijk lerende gezinsleden.* Utrecht: NIZW, 2001

Bos, H.F. en M.J.M. Heim

Communicatie en interventie. In: G.H. van Gemert en R.B. Minderaa (red.), *Zorg voor mensen met een verstandelijke handicap.* Assen: Van Gorcum, 1997

Geert, P.L.C. van

Cognitie, intelligentie en verstandelijke handicap. In: G.H. van Gemert en R.B. Minderaa (red.), *Zorg voor mensen met een verstandelijke handicap.* Assen: Van Gorcum, 1997

Gemert, G.H. van

Visies op zorgverlening. In: G.H. van Gemert en R.B. Minderaa (red.), *Zorg voor mensen met een verstandelijke handicap.* Assen: Van Gorcum, 1997

Gennep, A. van en C. Steman

*Bepaalde burgers. Over volwaardig burgerschap voor mensen met verstandelijke beperkingen.* Utrecht: NIZW, 1997

Groot Emaus

*Ambachtsboek ouderbegeleiding voor instellingen voor licht verstandelijk gehandicapte jongeren.* Ermelo: Groot Emaus, 2000

Kok, R. en B. Smit

*Een ander spoor. Emancipatorisch werken met mensen met een verstandelijk handicap.* Utrecht: NIZW, 1999

Nederlandse Vereniging voor Gehandicaptenzorg (NVGz)

*Vorm en kleur.* Utrecht: Nederlandse Vereniging voor Gehandicaptenzorg (NVGz), 1995

Olijve, M. en R. van Nieuwland

*De methodiek van IOG-LVG, IPG-LVG.* Assen: Hulp aan Huis, 2000

Schipperus, C. en M. Berger

*De gespecialiseerde Sociale vaardigheidstraining. Sociale vaardigheidstraining als taakstraf voor licht verstandelijk gehandicapte jongeren. Handleiding.* Amsterdam/Duivendrecht: PI Research, 2001

Smit, B. en A. van Genneep

*Netwerken van mensen met een verstandelijke handicap. Werken aan sociale relaties: praktijk en theorie.* Utrecht: NIZW, 1999

Vermeer, A.

Motorische ontwikkeling. In: G.H. van Gemert en R.B. Minderaa (red.), *Zorg voor mensen met een verstandelijke handicap.* Assen: Van Gorcum, 1997

Weelden, J. van en J.S.T. Niessen

*Het moeilijk lerende kind. Ontwikkeling en opvoeding op school en internaat.* Rotterdam: Lemniscaat, 1976

Windemuller, S., B.E.B.M. Huskens e.a.

*Psychotherapie bij licht verstandelijk gehandicapte kinderen en jongeren.* Assen: Van Gorcum, 1998

## Websites

- Landelijk Kenniscentrum LVG: [www.lvgnet.nl](http://www.lvgnet.nl)
- STAK: Stichting Activiteiten verstandelijk gehandicapten: [www.STAK.nl](http://www.STAK.nl)
- [www.zetnet.nl](http://www.zetnet.nl)
- <http://gehandicapten.pagina.nl>
- <http://gehandicaptkind.pagina.nl>

## **BIJLAGEN**

BIJLAGE 1	AANGEPASTE DOELKAARTEN
BIJLAGE 2	SCHEMA 'EEN GEWONE DAG'
BIJLAGE 3	DUIIMENKAARTEN
BIJLAGE 4	'HOE LAAT, WAT, WIE' EN PICTOGRAMMEN
BIJLAGE 5	STOPLICHT EN EERSTEHULPKAART
BIJLAGE 6	ADRESSEN





## **BIJLAGE 1                    AANGEPASTE DOELKAARTEN**

### SEKS EN RELATIES

Ik wil graag:

- .. verkering hebben
- .. meer weten over seks en vrijen
- .. iets zeggen tegen iemand die ik heel erg leuk vind
- .. meer weten over aids en andere geslachtsziektes
- .. graag met iemand praten over mijn vervelende ervaringen met seks
- .. een zwangerschapstest krijgen
- .. leren zeggen wat ik prettig vind en wat ik niet prettig vind
- .. iets anders:.....

### GEZONDHEID EN UITERLIJK

Ik wil graag:

- .. minder vaak buikpijn of hoofdpijn hebben
- .. meer slapen
- .. minder eten
- .. naar de tandarts/dokter of oogarts gaan
- .. er beter uitzien
- .. minder dik zijn
- .. me opmaken
- .. iets anders:.....

### VRIJE TIJD

Ik wil graag:

- .. een hobby hebben
- .. lid worden van een club of sport
- .. vaker uitgaan
- .. meer tijd met anderen doorbrengen
- .. niet meer in contact komen met de politie
- .. meer te doen hebben in mijn vrije tijd
- .. een ruimte voor mezelf hebben
- .. iets anders:.....

### ALCOHOL EN DRUGS

Ik wil graag:

- .. niet meer blowen
- .. hulp krijgen bij mijn verslaving
- .. informatie krijgen over verschillende drugs
- .. vrienden hebben die geen drugs gebruiken
- .. de drugs die ik nog heb weggooien
- .. niet meer te veel drinken
- .. vrienden hebben die niet drinken
- .. iets anders:.....

## ouders en gezin

Ik wil graag:

- .. meer de baas over mezelf zijn
- .. minder ruzies met mijn vader/moeder hebben
- .. mijn vader/moeder meer zien
- .. niet van mijn familie stelen
- .. minder ruzie met mijn broer of zus hebben
- .. goed op kunnen schieten met mijn ouders
- .. iets anders:.....

## School

Ik wil graag:

- .. een diploma halen
- .. betere cijfers halen
- .. vaker op tijd op school zijn
- .. minder spijbelen
- .. beter op kunnen schieten met de leraren
- .. meedoen aan sporten
- .. leren hoe ik beter mijn huiswerk kan maken
- .. iets anders:.....

## Geld en Werk

Ik wil graag:

- .. met mijn geld uitkomen
- .. mijn ouders vragen om meer zakgeld
- .. schulden afbetalen
- .. stoppen met gokken
- .. een (bij)baantje zoeken
- .. geen ruzie met mijn baas hebben
- .. leren solliciteren
- .. iets anders:.....

## Vrienden en Kennissen

Ik wil graag:

- .. goed op kunnen schieten met mijn klasgenoten
- .. meer vrienden/vriendinnen hebben
- .. een vaste vriend of vriendin hebben
- .. meer samen zijn met mijn vrienden
- .. leren 'nee' zeggen tegen vrienden als ik iets niet wil
- .. een vriend hebben die ik echt kan vertrouwen
- .. ruzie met een oude vriend goedmaken
- .. iets anders:.....

## HUISHOUDEN

Ik wil graag:

- .. helpen boodschappen doen
- .. stofzuigen
- .. helpen met de afwas
- .. mijn eigen kamer schoonmaken
- .. taken doen in huis
- .. de auto wassen
- .. mijn bed opmaken
- .. iets anders:.....

## VERVOER

Ik wil graag:

- .. een fiets gebruiken
- .. weten hoe het openbaar vervoer werkt
- .. een abonnement hebben voor de bus/metro/tram/trein
- .. een rijbewijs halen
- .. vaker wandelen
- .. een bromfiets kopen
- .. een reis maken
- .. iets anders:.....

## EIGEN GEVOEL/STEMMING

Ik wil graag.

- .. me gelukkiger voelen
- .. minder bang zijn
- .. rustig worden als ik boos ben
- .. minder schelden
- .. minder eng dromen of denken
- .. me minder snel zorgen maken
- .. met iemand praten over mijn geheimen
- .. iets anders:.....

## VEILIGHEID

Ik wil graag:

- .. niet aangeraakt worden als ik dat niet wil
- .. niet meer stelen of slopen
- .. niet zo vaak nadenken over dood willen
- .. minder ruzie in de buurt
- .. met rust gelaten worden
- .. minder schoppen of slaan
- .. voorzichtiger zijn in het verkeer
- .. iets anders:.....





**BIJLAGE 2 EEN GEWONE DAG**

Gezin:

Datum:

Gezinsmedewerker:

Tijd	Activiteit	Hoe gaat het nu?	Hoe wilt u het?
..... uur	<b>WAKKER WORDEN EN OPSTAAN</b> (Hoe verloopt dit: wie staat als eerste op, staat ieder op tijd op, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>LICHAMELIJKE VERZORGING</b> (Hoe verloopt het wassen en aankleden van de kinderen, wie doet het zelfstandig en wie wordt geholpen, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>ONTBIJT</b> (Wie is erbij aanwezig, waar wordt er ontbeten, wat wordt er gegeten, eten de kinderen wat ze van de ouders moeten eten, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>VERTREK NAAR SCHOOL/DAGOPVANG</b> (Wie gaat er weg en hoe laat, gaat ieder op tijd weg, wie wordt er gebracht en wie gaat zelfstandig, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>OCHTENDBESTEDING OUDER(S)</b> (Wat doet de ouder gedurende de ochtend, wat is de stemming van de ouder tijdens de ochtend?)		
..... uur	<b>THUISKOMST UIT SCHOOL/DAGOPVANG</b> (Hoe laat, komt ieder op tijd thuis, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>Lunch</b> (Wie is erbij aanwezig, waar wordt gegeten, eten de kinderen wat ze van de ouder(s) moeten eten, hoe is de sfeer?)		

..... uur	<b>VERTREK NAAR SCHOOL/DAGOPVANG</b> (Wie gaat er weg en hoe laat, gaat ieder op tijd weg, wie wordt gebracht en wie gaat zelfstandig, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>MIDDAGBESTEDING OUDER(S)</b> (Wat doet de ouder gedurende de middag, wat is de stemming van de ouder tijdens de middag?)		
..... uur	<b>THUISKOMST UIT SCHOOL/DAGOPVANG</b> (Wie komt er terug en hoe laat, komt ieder op tijd thuis, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>ACTIVITEITEN NA SCHOOL/DAGOPVANG VAN DE KINDEREN</b> (Wat doen de kinderen, met wie spelen ze, waar, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>AVONDETEN</b> (Wie is erbij aanwezig, waar wordt gegeten, eten de kinderen wat ze van de ouder(s) moeten eten, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>NAAR BED GAAN KINDEREN</b> (Wie gaat er op welk tijdstip, hoe verloopt het naar bed gaan, blijven de kinderen in bed wanneer de ouder dit zegt, hoe is de sfeer?)		
..... uur	<b>AVONDBESTEDING OUDER(S)</b> (Wat doet de ouder gedurende de avond, wat is de stemming van de ouder tijdens de avond?)		

..... uur	<b>NAAR BED GAAN OUDER(S)</b> (Wie gaat er op welk tijdstip, hoe verloopt dit, hoe is de stemming van de ouder tijdens het naar bed gaan?)		
..... uur	<b>SLAPEN</b> (Hoe is het slaappatroon van de ouder(s), hoe is het slaappatroon van de kinderen?)		



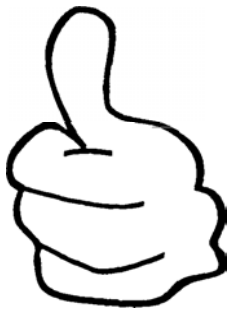


**BIJLAGE 3****DUIMENKAARTEN**

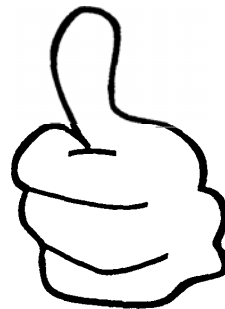
**Wat goed  
van je, dat  
je...**



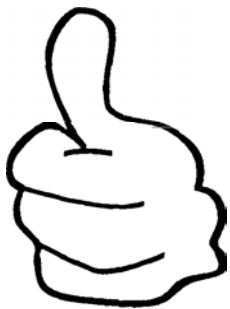
**Bedankt, dat  
Je...**



**Ik vind het  
aardig dat je..**



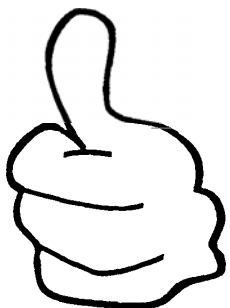
**Ik vind het  
fijn dat je...**



**Ik wil je  
bedanken  
voor...**



**Bedankt  
voor...**



**Fijn dat  
je...**



**Wat ziet...**

**er leuk  
uit!**



**Mooi,  
dat...**

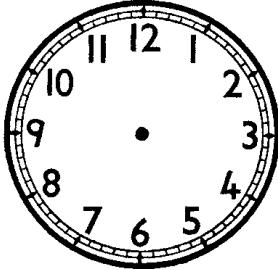
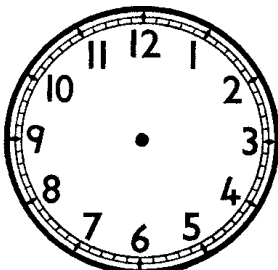
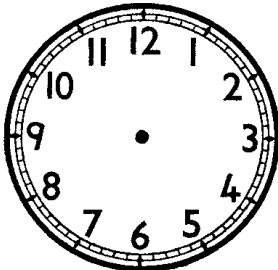
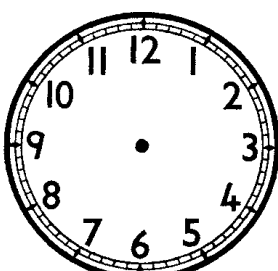
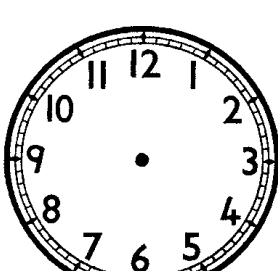


**Lief dat  
je...**

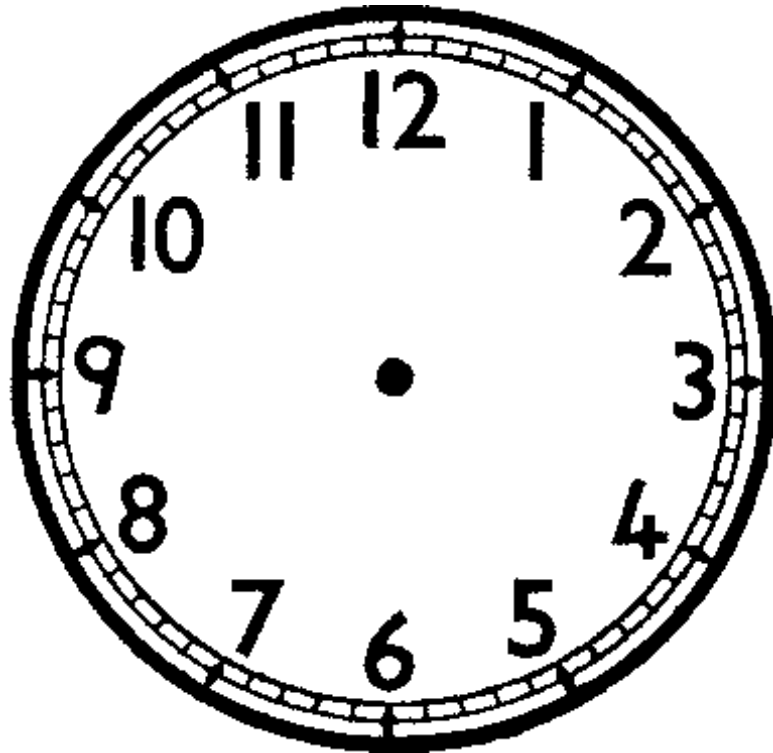


## BIJLAGE 4

## SCHEMA 'HOE LAAT, WAT, WIE' EN PICTOGRAMMEN

<b>Hoe laat</b>	<b>Wat</b>	<b>Wie</b>
		
		
		
		
		

# KLOK



## Ochtendindeling

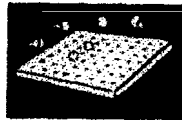
07.15 uur Opstaan, aankleden, tanden poetsen



07.30 uur Aan tafel eten



7.45 uur TV kijken of iets voor jezelf doen



8.10 uur Naar school met de bus

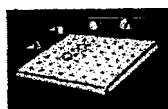


## Middagindeling

15.10 uur Uit school samen theedrinken



15.30 uur Spelen



17.15 uur Aan tafel eten



18.00 uur Spelen of tv-kijken



19.15 uur Douchen



19.45 uur Mama leest voor in bed

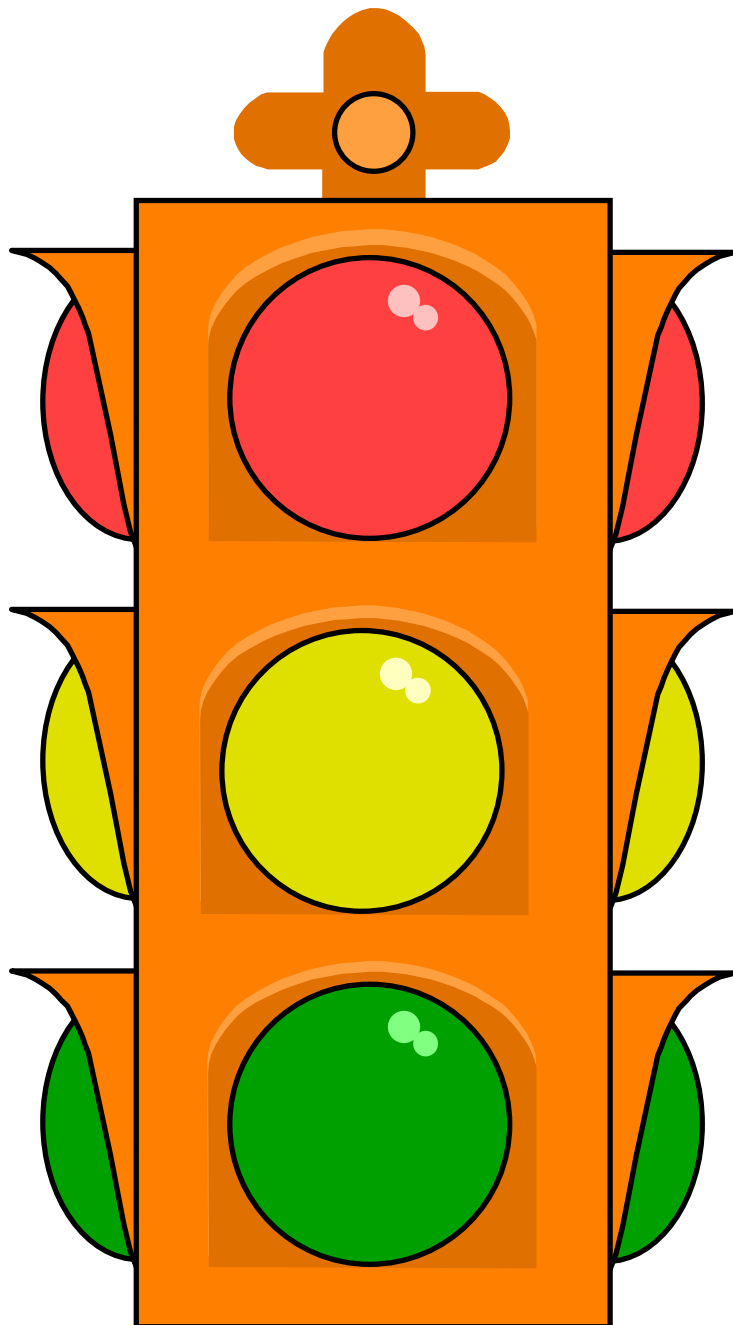


20.00 uur Slapen



**BIJLAGE 5**

**STOPLICHT EN EERSTEHULPKAART**



Empty rectangular box for notes.

Empty rectangular box for notes.

Empty rectangular box for notes.



## Eerstehulpkaart

**Dingen die ik kan doen als ik op oranje zit:**

**1.**

**2.**

**3.**

**4.**

**5.**

**BIJLAGE 6      ADRESSEN**

*Centrum voor ErvaringsGericht Onderwijs-VZW  
Vesaliusstraat 2  
3000 Leuven  
België  
telefoon +03 32 38 90  
fax (016) 32 38 57*

**Adressen Families First Teams**

*OC Middelveld i.s.m. OC Amstelmonde en OZC Alkmaar  
Comeniusstraat 12  
1065 BH Amsterdam*

*Hulp aan Huis Haaglanden i.s.m. OC Cunera  
Bankastraat 131<sup>e</sup>  
2585 EL Den Haag*

*Hulp aan Huis Nijmegen i.s.m. OC Pluryn, locatie Jan Pieter Heije  
Scheidingsweg 6  
6551 AV Weurt*

*Hulp aan Huis Twente i.s.m. OC De Eik  
Postbus 19  
7507 AA Oldenzaal*

*Hulp aan Huis Drenthe i.s.m. OC De Dreei  
Postbus 263  
9400 AG Assen*

Het Nederlands Instituut voor Zorg en Welzijn / NIZW is een onafhankelijke organisatie die zich door middel van informatie, innovatie en ondersteuning richt op vernieuwing en verbetering van de sector zorg en welzijn. In deze sector werken ruim 400.000 beroepskrachten en vele vrijwilligers op terreinen als kinderopvang, maatschappelijke dienstverlening, sociaal-cultureel werk, ouderendienstverlening, jeugdzorg, maatschappelijke opvang, verzorgings- en verpleeghuizen, thuiszorg en hulpverlening aan mensen met een handicap. Ook instellingen buiten de sector die zorg- en welzijnsactiviteiten ondernemen, zoals opleidingen, provincies, gemeenten en woningbouwcorporaties, doen regelmatig een beroep op het NIZW. De werkzaamheden van het NIZW zijn ondergebracht in centra die zich richten op de thema's *jeugd, zorg, sociaal beleid, professionalisering, internationale zaken* en *publieksinformatie*. Binnen deze kaders houden de medewerkers van het NIZW zich bezig met de ontwikkeling en implementatie van nieuwe methodieken en informatieproducten, met afstemmingsvraagstukken en expertiseontwikkeling. Dat resulteert onder meer in adviezen, veranderingstrajecten, trainingen, congressen, boeken, brochures, almanakken, websites, cd-rom's, video's en een informatielijn.