

@-bulletin Gentle Teaching



2012-1

Stichting Gentle Teaching

Bremmerlaan 3, 3431 GV Nieuwegein

Tel. 030 2938878 / 0655161136

e-mail info@gentlelearning.nl

website: www.gentlelearning.nl

Dit bulletin is bestemd voor begeleiders, gedragsdeskundigen, leidinggevend en verwanten van mensen met een verstandelijke beperking, een psychiatrische ziekte, dementie of andere kwetsbaarheden die de ontwikkeling van veilige en liefdevolle relaties kunnen belemmeren. U ondersteunt de verspreiding van gentle teaching door dit bulletin aan zoveel mogelijk mensen door te sturen.

Onderwerpen in deze nieuwsbrief:

- Nieuwjaarswens
- Agenda
- Cultuur van hoop

Nieuwsbrief 2012-1

Een goed 2012 gewenst

Allereerst wil ik iedereen een goed 2012 toewensen. Ik kan me voorstellen dat velen het komend jaar met zorg tegemoet zien. We kunnen verdergaande bezuinigingen verwachten in de zorg, en in de samenleving zien we steeds repressievere en beheersmatige cultuur ontstaan.

In de zorg ervaren we echter dat een dergelijke beheersmatige cultuur haaks staat op wat mensen voor hun individuele ontplooiing nodig hebben. Niet alleen de cliënten worden in een beheersmatige cultuur in hun ontwikkelingsmogelijkheden en uitingen ingeperkt, maar ook de begeleiders / hulpverleners zelf. We zien dit in alle sectoren, zoals de gehandicaptenzorg, ouderenzorg, jeugdzorg, GGZ en speciaal onderwijs.

Met gentle teaching willen we een andere cultuur vormgeven, een cultuur die het beste in zowel de cliënten als de begeleiders oproept. Dit wordt niet voor niets de 'cultuur van hoop' genoemd.

Voor ons staat 2012 daarom in het teken van de ontwikkeling van de cultuur van hoop. Deze nieuwsbrief zal daarom eens per maand verschijnen en iedere keer zal een aspect van de cultuur van hoop kort belicht worden. We beginnen – hoe kan het ook anders – met de essentie van deze cultuur: *Iedereen kan zich veilig voelen.* (zie verderop in deze @-brief)

Agenda

Basiscursus

Dit voorjaar wordt weer een basiscursus gegeven voor open inschrijving. De

vierdaagse cursus wordt gegeven in Nieuwegein. Deze cursus is niet alleen geschikt voor iedereen die werkt in de directe begeleiding van mensen met bijzondere kwetsbaarheden, maar ook voor gedragskundigen en leidinggevend.

De data zijn 3 april, 17 april, 15 mei en 29 mei.

De tijden zijn van 9.30 uur tot 16.30 uur.

De kosten bedragen € 395 pp (inclusief lunch en reader)

Opgeven voor de cursus kan via de website www.gentleteaching.nl

Netwerkbijeenkomsten

In april worden weer netwerkbijeenkomsten georganiseerd voor leidinggevend en voor gedragsdeskundigen.

- voor leidinggevend op **woensdag 4 april** en
- voor gedragsdeskundigen op **woensdag 11 april**.

Tijd voor beide bijeenkomsten: 13.00 uur – 16.00 uur

Locatie: centrum de Brom, Buizerdlaan 1, Nieuwegein

Deelname aan de bijeenkomsten is gratis, maar vooraanmelding via de website is wel noodzakelijk, zodat we weten op hoeveel mensen we kunnen rekenen. Een agenda wordt vooraf aan de deelnemers verstuurd.

Symposium Leekerweide

Op 30 maart organiseert Leekerweide in Wognum een symposium over gentle teaching. John McGee, de grondlegger van gentle teaching, zal hier een van de sprekers zijn. In een volgende @-brief komt meer informatie, maar het is handig om de dag vast te reserveren.

Internationale conferentie gentle teaching

De jaarlijkse internationale gentle teaching conferentie zal dit jaar in Denemarken gehouden worden op 25, 26 en 27 september. Zet het vast in je agenda als je interesse hebt. Meer informatie volgt zodra deze beschikbaar is. Om de reiskosten te drukken, kunnen we misschien gezamenlijk vervoer organiseren vanuit Nederland.

Meewerken aan onderzoek levenskwaliteit

Binnen gentle teaching is een model 'levenskwaliteit' ontwikkelt dat behulpzaam kan zijn bij het begrijpen van het gedrag van een persoon, en om de persoon te ondersteunen in de realisatie van zijn eigen verlangens en potenties. We willen dit jaar een onderzoek doen om te kijken of dit model ook gebruikt kan worden om levenskwaliteit te meten en daarmee om het resultaat van onze begeleiding te meten.

We zoeken vrijwilligers om aan dit onderzoek mee te werken door een aantal keer een via e-mail toegestuurde vragenlijst in te vullen. Per keer kost het hooguit 15 minuten. Meer informatie kun je op de website lezen. Daar kun je je ook aanmelden om mee te doen aan het onderzoek.

Cultuur van Hoop: *Iedereen kan zich veilig voelen*

Zich veilig voelen is misschien wel de meest essentiële menselijke behoefte en daarom ook het eerste aspect van de cultuur van hoop dat ik wil

toelichten.

Als we dit aspect in ons dagelijks handelen vorm willen geven, moeten we ons realiseren dat er een verschil is tussen *veilig voelen* en *veilig zijn*. Iemand zal objectief gezien veilig zijn als er geen mensen in zijn omgeving zijn die hem schade willen toebrengen, of als er in de materiële omgeving geen risicovolle elementen zijn. Maar dat wil nog niet zeggen dat de persoon zich dan ook daadwerkelijk veilig voelt. Het veiligheidsgevoel hangt vooral af van hoe de persoon signalen uit de omgeving interpreteert, en dat is weer afhankelijk van de combinatie van de persoonlijke kwetsbaarheden en de eerdere ervaringen in het leven.

Voor het handelen van de begeleider betekent dit, dat je je niet alleen bewust moet zijn van hoe de persoon de signalen vanuit zijn omgeving ervaart, maar ook dat je in je eigen doen en laten zeer nadrukkelijk probeert bij de ander als veilig en betrouwbaar over te komen.

En uiteraard probeer je handelingen die een gevoel van onveiligheid kunnen versterken te voorkomen. Het gaat daarbij bijvoorbeeld om:

- streng aankijken en oogcontact afdwingen
- hardhandig aanraken / beetpakken
- gebruik maken van straf
- regels en afspraken hanteren die voor de persoon zelf geen betekenis hebben en die moeilijk voor hem zijn om na te komen
- de persoon alleen ergens mee helpen als hij zich 'goed' gedraagt
- denigrerend tegen / over de persoon spreken
- - de persoon negeren, terwijl hij duidelijk aandacht nodig heeft

Omdat we vaak te maken hebben met kinderen of volwassenen die niet altijd bij machte zijn de grenzen van anderen te zien en te 'respecteren', zullen we soms iets moeten doen om te voorkomen dat mensen schade hiervan ondervinden. Wat we dan doen, kan door de betreffende persoon als bedreigend ervaren worden, terwijl dat niet onze intentie is. Helaas is dat de realiteit van het leven. Maar als deze realiteit zich zo af en toe voordoet, zullen we extra aandacht moeten geven aan wat we kunnen doen om een gevoel van veiligheid te ontwikkelen. Je kan dan denken aan handelingen als:

- warme contactmomenten zoeken
- onvoorwaardelijk helpen bij wat de persoon lastig of moeilijk vindt
- aandacht geven voor hij er zelf om moet vragen
- afleiden als je kan verwachten dat er stress kan ontstaan

Hier bewust aan werken hoeft geen extra tijd te kosten; sterker nog, je kan het volledig integreren in je dagelijkse werk. De kans is groot dat het uiteindelijk tijd op gaat leveren, omdat je minder vaak schade hoeft te herstellen als iets fout is gegaan.

Belangrijk bij dit alles is, dat je je eigen aandacht verlegt van aandacht die gericht is op het beheersen van moeilijke momenten, naar aandacht die

gericht is op het welbevinden van de cliënten. Je laat nadrukkelijk warme gevoelens voor de cliënt toe, waardoor je vanzelf minder beheersmatig wordt. Dit is voor jezelf ook veel prettiger.

Veiligheidsgevoel is natuurlijk niet alleen belangrijk voor de cliënten waar je mee werkt. Ook voor jezelf is het belangrijk. Dat betekent dat je er als team ervoor moet staan om elkaar te helpen als dat nodig is en dat je van je leidinggevende mag verwachten dat deze al het mogelijke doet om te zorgen dat je veilig kunt werken.

Maar het helpt vooral als je minder gericht bent op het eventuele probleemgedrag van een cliënt, en meer op steun die hij nodig heeft op de momenten dat hij angst, onzekerheid of onmacht ervaart. Als je gericht bent op het eventuele gedrag, versterkt dat jouw gevoel van onveiligheid, en kan het ongewild zelfs een bijdrage leveren aan de escalatie die je juist wilt voorkomen. Door je te richten op de ondersteuning die de cliënt nodig heeft, voel je meer rust in jezelf en dat op zich kan al de-escalerend werken.

Als je gaat werken aan de ontwikkeling van de cultuur van hoop en het veiligheidsgevoel, kan je beginnen met een kleine inventarisatie te maken van momenten die bij de cliënten angstgevoelens kunnen oproepen of versterken. Probeer op die momenten zelf te oefenen met op een rustige, maar duidelijke manier, de cliënt de warme steun te geven die hij dan nodig heeft. Escaleert het toch, ga dan niet mee in de escalatie, maar doe op een rustige manier wat nodig is om schade voor anderen te voorkomen.

Maar zoek ook naar momenten op de dag dat er geen spanningen voor de cliënt zijn, en benut die momenten om nadrukkelijk warm contact te maken, zodat eventuele vervelende herinneringen die een cliënt heeft aan de aanwezigheid van begeleiders, vervangen kunnen worden door prettige herinneringen.