



Mon leent zelf boeken in de bibliotheek.

Active Support benut talenten van bewoners

‘Bewoners kunnen meer dan je denkt’

Ruim een jaar geleden opende buitenhuis Driesakker haar deuren. Bewoners wonen er zo zelfstandig mogelijk en houden zoveel mogelijk de regie over hun eigen leven. Ze krijgen ondersteuning waar dat nodig is, bijvoorbeeld bij het aanleveren van huishoudelijke vaardigheden of het invullen van hun vrije tijd. Active Support is een nieuwe manier om bewoners daarin methodisch te begeleiden. Een werkwijze die met kleine stapjes groot resultaat boekt.

“Bij Active Support staat de bewoner centraal. Zijn talenten, wensen en behoeften bepalen welke activiteiten we gaan aanleren. Die activiteiten bieden we methodisch en gestructureerd aan, waarbij we streven naar een concreet einddoel,” legt Sandra van Ham, verpleegkundige op Driesakker uit. Active Support stimuleert bewoners daarmee heel gericht om iets te leren. Dat maakt deze aanpak zo speciaal.”

Stapje voor stapje

Met behulp van Active Support worden talenten van bewoners benut om ze meer zelfstandigheid binnen- en buitenshuis te geven. Startpunt is een activiteitenplan van elke bewoner. Daarin staan per dag en tijd de activiteiten van een bewoner beschreven. “Daarmee krijgen we duidelijk inzicht in het dagprogramma - en vooral in de ‘lege momenten’ - van een bewoner. Daarnaast vullen we samen met de bewoner een talentenposter in. Daarin staat wat een bewoner goed kan, wat hij leuk vindt en wat hij nog zou willen doen of leren,” legt Sandra uit. “Vanuit deze basis bieden we twee soorten begeleiding aan. Zo was er een bewoner die graag naar de bibliotheek wilde gaan. Met behulp van een gelegenheidsplan laten we een bewoner deze nieuwe ervaring opdoen. In dat plan staat heel concreet beschreven welke stappen we samen met de bewoner gaan zetten om het bibliotheekbezoek voor

te bereiden, uit te voeren en te evalueren. Het gelegenheidsplan is vooral bedoeld om een bewoner te laten ervaren wat een nieuwe activiteit inhoudt en of het hem bevalt. Daarnaast werken we ook met instructieplannen. Daarin is vastgelegd hoe we stap voor stap een nieuwe activiteit gaan aanleren,

“Door stapsgewijs te handelen, boeken we het beste resultaat”

bijvoorbeeld het bed zelfstandig verschonen, koffie zetten of leren koken.”

Stapsgewijs handelen

Voor buitenstaanders lijkt de methodiek veel papierwerk op te leveren, maar volgens Sandra valt dat in de praktijk erg mee. Bovendien heeft de methodische aanpak van Active Support grote voordelen.



Thea zet zelf koffie.

“Door doelen helder en stapsgewijs vast te leggen is voor bewoners én begeleiders duidelijk waar aan gewerkt wordt. Het grote voordeel is dat duidelijk wordt hoe - dus in welke tussenstappen - we het einddoel gaan bereiken. Door stapsgewijs te handelen, boeken we het beste resultaat. Omdat we stelselmatig evalueren worden resultaten zichtbaar en dat motiveert enorm. Bovendien is verslaglegging belangrijk bij overdracht tussen begeleiders onderling. Door het bij te houden, voorkom je dat iemand teveel verschillende activiteiten tegelijk gaat aanleren. We beperken ons tot maximaal twee activiteiten. Anders wordt het voor bewoners te verwarrend.”

Stapje terug

Kern van Active Support is dat de begeleiding een stapje terug doet. Dat is best even wennen, vindt

“Tot onze verrassing bleek de bewoonster dat al prima te kunnen!”

Sandra. “Het is soms zo vanzelfsprekend of tijdsbesparend om iets uit handen van de bewoners te nemen. Via Active Support doe je heel bewust een stapje terug om een bewoner meer ruimte te geven. Dat vraagt een omslag in je denken en handelen én vaak ook wat meer geduld. Maar je krijgt er veel voor terug. Het is fantastisch als je samen met bewoners resultaat boekt. Het mooie vind ik dat niet alleen bewoners, maar zeker ook begeleiders met deze methode elke dag leren. Ze zijn zich bewuster van de manier waarop zij bewoners begeleiden. Dat maakt het

werken met Active Support heel boeiend.”

Grote stap vooruit

Bewoners kunnen met Active Support via een stapsgewijze aanpak een grote stap vooruit zetten, daarvan is Sandra overtuigd. Soms levert Active Support aangename verrassingen op. Sandra: “Een bewoner wilde graag leren om haar eigen bed op te maken. Daarvoor stelden we een duidelijk stappenplan op. We begonnen met het afhalen van het bed: hoe maak je een sloop los en hoe haal je een hoelaken eraf. Tot onze verrassing bleek de bewoonster dat al prima te kunnen! Dat vind ik een mooi voorbeeld hoe Active Support talenten kan ‘opsporen’. Het is een prachtig voorbeeld hoe niet alleen bewoners maar ook begeleiders elke dag bijleren!”