

Eigen regie: de zoektocht naar een nieuwe weg

Drs. G. Bos
J. Leenders



Revalideren



Werken



Onderzoeken



Samenwerken

Even voorstellen: Geesje Bos

- ▶ Opleidingen: Personeel en Organisatie/ Culturele Antropologie/ Trainersopleiding
- ▶ Werkervaring: Trainer arbeidsbureau, P&O-functionaris, Trainer/ adviseur MZ, Adviseur/ trainer FNV BG
- ▶ Ervaringsdeskundig: Auto-ongeluk eind 2006, revalidatie tot eind 2007, werk, sport, familie, vrienden, partner, wonen is veranderd. 5 jaar ingebouwd om te groeien en opnieuw te ontwikkelen. In 2009 gestart als trainer ER bij NAH.
- ▶ Nu werkzaam als beleidsadviseur/ trainer bij FNV BG en eigen bedrijf. Leven is weer stabiel maar totaal veranderd (in nov 2011 zijn de 5 jaren voorbij).



Even voorstellen: Jacqueline Leenders

- ▶ Ergotherapeut sinds 1994.
- ▶ Ruime ervaring in dwarslaesie behandeling.
- ▶ Eigen regie/zelfmanagement als speerpunt.
- ▶ Boekje zelfmanagement geschreven (uitgever Lemma) voor studenten en professionals in de zorg.
- ▶ Sinds 2006 trainer Eigen Regie voor mensen met een dwarslaesie. Samen met een ervaringsdeskundige.



Opbouw training

- ▶ Trainersduo. Behandelaar en ervaringsdeskundige.
- ▶ Verandering van rouwverwerking naar groeien naar zelfsturend vermogen.
- ▶ 9 bijeenkomsten van 3 uur verspreid over 5 maanden. (CVA). 6 bijeenkomsten van 5 uur (DL).
- ▶ Minimaal aantal deelnemers is 6 (3 stellen) maximaal aantal is 10 (5 stellen).
- ▶ Ieder deelnemend stel krijgt eerst een intake van een half uur (CVA). Groep revalidanten wordt uitgenodigd om mee te doen. (DL)
- ▶ Logopedist ondersteunt de training met hulp aan afasie-deelnemers en schrijft aantekeningen.
- ▶ Actieve oefeningen en ervaringsgericht.

Voorwaarde voor deelname

- ▶ Minimaal 1-2 jaar uitgerevalideerd (CVA). In eindfase klinische revalidatie (DL)
- ▶ Deelname is met partner of andere nauw betrokkene (CVA)
- ▶ Aanmelden is hele programma doorlopen
- ▶ Aandacht voor proces van de partner/ nauw betrokkene (CVA)

Doelen en effecten

- ▶ Inzicht krijgen in huidige situatie; fysiek en emotioneel,
- ▶ Inzicht krijgen in belevingswereld
- ▶ Inzicht krijgen in eigen deelname aan eigen proces
- ▶ Ervaren van eigen inzet en **vertrouwen op eigen inzet. Self-efficacy.**
- ▶ Ervaren van eigen (opgelegde) obstakels.
- ▶ Ervaren van patronen doorbreken door haalbare doelen te stellen en te realiseren.
- ▶ Oppakken van eigen initiatieven met hulp en ondersteuning van derden.

Werkvormen



werkvormen



Werkvormen



werkvormen



Doelen en effecten

- ▶ Inzicht krijgen in huidige situatie; fysiek en emotioneel.
- ▶ Inzicht krijgen in belevingswereld.
- ▶ Inzicht krijgen in eigen deelname aan eigen proces.
- ▶ Ervaren van eigen inzet en effect op anderen.
- ▶ Ervaren van eigen (opgelegde) obstakels.
- ▶ Ervaren van patronen doorbreken door haalbare doelen te stellen en te realiseren.
- ▶ Oppakken van eigen initiatieven met hulp en ondersteuning van derden.

Trainingen tot nu toe

- ▶ CVA: 4 groepen: 33 deelnemers (2 jaar).
Indicatie 1,5 groep per jaar.
- ▶ 5 afhakers, te confronterend met zichzelf en
relatiepatroon.
- ▶ Vooraf HeiQ.

- ▶ Dwarslaesie: 8 groepen, 40 deelnemers. (4
jaar). 2-3 groepen per jaar.
- ▶ Afhakers vanwege medische redenen (fase).

Feedback van cursisten

- ▶ 'confronterend maar wel gewenst'
- ▶ 'ik dacht dat ik het niet waard was, ik was een schaduw van mijn partner, dat is nu klaar'
- ▶ 'ik stop met de cursus, we hebben er thuis steeds ruzie over, ik wil loskomen van haar en zij wil er niet over praten'
- ▶ 'Ervaringsdeskundige geeft vertrouwen en hoop'

Zelf ervaren?

