



1. Houding

Wat

Wees je bewust van hoe je non-verbale communicatie overkomt.



Hoe

Denk aan je lichaamshouding. Hoe komt dit over op de ander?
Lage neutrale Expressed Emotion. Niet meegaan in de emotie.

Waarom

Om een samenwerkingsrelatie aan te kunnen gaan en effectieve ondersteuning te kunnen bieden. Gevolg hiervan is dat er verder kan worden gewerkt aan de doelen van de bewoner.

- Transparant
- Empathie
- Respect
- Niet oordelen
- Spiegelen

2. Contact

Wat

Stel je gelijkwaardig op door middel van de presentiebenadering.



Hoe

Door present te zijn (er te zijn) en dit keer op keer te blijven doen.

Waarom

Om een samenwerkingsrelatie aan te kunnen gaan en effectieve ondersteuning te kunnen bieden. Vanuit daar kan er verder worden gewerkt aan de doelen van de bewoner.



Tips:

- Zie de bewoner als persoon en niet de problematiek
- Bied een luisterend oor, geef oprechte complimenten
- Neem de krachten van de bewoner als uitgangspunt
- Neem de wensen van de bewoner serieus
- Stel je geïnteresseerd op, neem de tijd in begeleiding

3. Gedrag

Wat

Maak gebruik van oplossingsgericht werken.



Hoe

Bewoner wordt gezien als de expert over de eigen situatie.

Het stellen van open vragen, reflectief luisteren, bevestigen en ondersteunen, samenvatten en het uitlokken van verandertaal.

Bewoner formuleert het doel.

Na vaststellen probleem ga je over op de niet-wetende houding en stel je vragen, bijvoorbeeld: Hoe heb je dat in het verleden gedaan? Wat is er toen wel of niet gelukt? Hoe denk je dat nu te gaan doen? Wat heb je daarvoor nodig?

Je vraagt toestemming voordat je een advies geeft.

Waarom

Evidence based interventie; draagt bij aan empowerment, het ontwikkelen van persoonlijke strategieën en vaardigheden en het vergroten van self-efficacy.

Wat

Formuleer kleine, haalbare doelen in termen van concreet gedrag.

Hoe

Vraag wat iemand zelf wil om sociaal wenselijke antwoorden te voorkomen, zoals: Wat is je wens? of Wat is je droom? als het woord 'doel' te weinig oplevert. Geef antwoordopties als een open vraagstelling niet lukt. Noteer de doelen in de woorden van de bewoner.

Waarom

Bewoners zijn soms geneigd sociaal wenselijk te antwoorden. Om niet als dom over te komen.



Praat poster

Communicatie met mensen met een licht verstandelijke beperking

4. Informatie

Wat

Bied twee keuzes.

Hoe

Formuleer twee opties waar de bewoner uit kan kiezen.

Waarom

Dit voorkomt angst, stress en verwarring.

Wat

Breng structuur aan.

Hoe

Maak contact door interesse te tonen in de bewoner.

Waarom

Meer moeite met plannen en het draagt bij aan overzicht.

Tips:

- Wanneer nodig, blik terug op het vorige gesprek
- Vraag waar de bewoner dit gesprek over wil hebben
- Vertel de bewoner waar jij het graag over wil/moet hebben
- Laat de bewoner kiezen welk onderwerp als eerste aan bod komt
- Vaste dagen, tijden kunnen helpen afspraken beter na te komen



Wat

Visueel maken van de informatie. Maak gebruik van tekeningen, plaatjes en pictogrammen.

Hoe

Laat de bewoner (waar dat kan) zelf zijn afspraken opschrijven. Ondersteun het gesprek door situaties uit te tekenen zoals een looproute naar de winkel. Kies een plaatje, tekening, pictogram, digitale apps dat ondersteunend werkt om uit te leggen wat er wordt bedoeld. Maak gebruik van de whiteboards in de appartementen

Waarom

- Ter ondersteuning van het werkgeheugen
- Ter bevordering van een actieve werkhouding
- Ter ondersteuning van de informatieverwerking

Wat

Wissel praten af met doe-activiteiten.

Hoe

Praat maximaal 15 - 30 minuten met elkaar. Ga dan over op een doe-activiteit (oefeningen, samen iets opzoeken, de afwas) of maak een volgende afspraak. Maak een combinatie van het praten en een doe-activiteit.

Waarom

Ter compensatie van de korte aandachtspanne en omdat de bewoners vaak beter ervarend leren.





5 Communicatie

Wat

Vermijd abstracte begrippen en spreekwoorden.

Hoe

Als je wel abstracte begrippen gebruikt, vraag dan na of het is begrepen of leg het uit. Laat de bewoner in zijn of haar eigen woorden vertellen wat er is gezegd. Gebruik de woorden die de bewoner gebruikt.

Waarom

Lastiger te begrijpen. Sneller kans op overvraging.

Wat

Gebruik korte zinnen.

Hoe

Maak zinnen van maximaal vijf woorden.

Waarom

Tragere informatieverwerking.

Wat

Let op je vraagstelling

Hoe

Stel korte, heldere vragen. Stel een vraag tegelijk. Vermijd waarom-vragen. Geef extra antwoordtijd.

Waarom

Tragere informatieverwerking. Vermijd waarom-vragen zodat de bewoner niet het gevoel heeft dat hij zich moet verantwoorden tegenover jou.

Wat

Vraag of iemand kan herhalen wat is gezegd.

Hoe

"Kun je het in eigen woorden vertellen wat ik heb gezegd?" "Wat is belangrijk om te onthouden?" "Wat ga je nu doen?"

Waarom

Zo kan je daadwerkelijk toetsen of de bewoner je heeft begrepen.

Wat

Gebruik geen moeilijke woorden.

Hoe

Als je wel moeilijke woorden gebruikt, laat de bewoner in zijn of haar eigen woorden vertellen wat er is gezegd. Gebruik de woorden die de bewoner gebruikt.

Waarom

Lastiger te begrijpen. Sneller kans op overvraging.

Wat

Neem meer tijd om aan een doel of vaardigheid te werken.

Hoe

Minder tijd per keer, maar meer tijd in totaal. Herhaal de (nieuwe) vaardigheden zodat dit routine wordt. Zet kleine stapjes. Doseer de informatie.

Waarom

Verminderde concentratie en aandachtspanne. Tragere informatieverwerking. Bewoners met een lvb hebben problemen met abstract denken, zij leren door concrete ervaringen.

Bewoners met een lvb zijn beperkt in het denkvermogen waardoor het leren en veranderen om grote inspanning vraagt.

Wat

Pas schriftelijk taalgebruik aan.

Hoe

Pas het taalgebruik in het begeleidings-/behandelplan zodanig aan dat de bewoner het kan begrijpen.

Waarom

Het is belangrijk dat de bewoner het eigen begeleidings-/behandelplan kan begrijpen.

Tips:

- Gebruik de woorden die de bewoner gebruikt
- Maak zinnen van maximaal vijf woorden
- Geef extra antwoordtijd
- Vraag of iemand kan herhalen wat is gezegd
- Minder tijd per keer, maar meer tijd in totaal.
- Doseer de informatie
- Pas het schriftelijk taalgebruik aan

