

Balansboek



Mensen met een verstandelijke of meervoudige beperking kunnen eerder 'uit balans' raken. Dit komt omdat ze de wereld niet goed kunnen overzien, ze zich niet gemakkelijk verstaanbaar kunnen maken en omdat zintuigelijke prikkels vaak niet goed geordend en verwerkt worden. Alertheid speelt hierin een belangrijke rol. Met de juiste mate van alertheid kunnen mensen met een verstandelijke of meervoudige beperking doelgericht handelen, genieten, beleven en leren.

Het door Estinea ontwikkelde Balansboek biedt goede en praktische handvaten om deze mensen te ondersteunen zo optimaal mogelijk alert te zijn gedurende de dag. Een Balansboek is maatwerk waarbij de gezamenlijke inbreng en samenwerking tussen familie, begeleiders, gedragskundige, si-therapeute en communicatiemedewerkster, de basis vormt.

Alertheid en balans

Mensen met een verstandelijke of meervoudige beperking kunnen grip verliezen en worden gespannen, over-alert en schrikachtig wanneer het te druk om hen heen is, prikkels niet goed gefilterd en geduid kunnen worden. Ook kan het zijn dat hij/zij juist erg slaperig is. Dit kan zijn door te weinig lichaamsbeweging of onvoldoende prikkelende activiteiten, door medicatie of slecht slapen 's nachts.

Dit alles heeft te maken met de alertheid van deze persoon. Alertheid zegt iets over het functioneren van het bewustzijn. Alertheid is een staat van waakzaamheid of oplettendheid.

Er zijn vijf stadia van alertheid die hieronder in het schema zijn weergegeven.

| | | |
|--------------|--|--|
| 1 Zwart | Slapen | Geen reactie. |
| 2 Blauw | Wakker en ongericht actief | Wakker, maar prikkels van omgeving komen nauwelijks door. Soms in trance, vaak ongelukjes. |
| 3 Groen | Wakker en gericht actief | BELEVING en ONDERZOEK van de omgeving is mogelijk: LEREN |
| 4a Geel | Gespannen actief | Kan de aandacht nog goed vasthouden, maar het kost veel energie. |
| 4b Oranje | Gespannen actief, moeite met reguleren (OPTIONEEL) | Moeite de aandacht vast te houden. De spanning is hoog. |
| 5 Rood | Huilen of andere emotionele ontlading | De spanning is te hoog. Er moet een emotie komen om de spanning te doorbreken. |

De vijf stadia van alertheid

Om doelgericht te kunnen handelen is het belangrijk om jezelf door de dag heen op het gewenste moment in alertheid 3 te kunnen brengen en te houden. Dan kun je "belevend" aanwezig zijn wat een basisvoorwaarde is voor het welbevinden en voor het kunnen leren.

Als je wilt gaan slapen, rusten of "opladen" moet je in staat zijn om je alertheid te laten dalen, zodat je minder gevoelig wordt voor de zintuigprikkelers en deze gewoon langs je heen kunt laten gaan.

Mensen met een verstandelijke of meervoudige beperking kunnen dit vaak niet goed zelf reguleren, waar de meeste mensen dat wel kunnen. Hierdoor kan het zijn dat hij of zij teveel onder-alert of slaperig is. Of juist te veel over-alert, gespannen of schrikachtig. Voor hen is het van grote waarde om ondersteuning te krijgen om gedurende de dag in balans te komen en te blijven zodat zij meer belevend aanwezig kunnen zijn.

Wat staat er in een Balansboek?

Om hen te ondersteunen zo optimaal mogelijk alert te zijn gedurende de dag, is het van belang dat de begeleiding de cliënt goed “verstaat” en hierop aangepast begeleiding biedt. Begeleidingsvoorwaarden, omgevingsvoorwaarden, prikkelaanbod, stimulerende activiteiten, programma, houding, communicatie en contact – ze kunnen allemaal worden aangepast op de cliënt om hem/haar zo te helpen in balans te blijven. Dit alles komt in het Balansboek aan de orde.

Ervaringsdeskundigen

Een Balansboek is een product dat tot stand komt door een nauwe samenwerking tussen gedragskundige, si-therapeute, communicatiemedewerkster én de ervaringsdeskundigen: de begeleiders en de familie van de cliënt. Zij kennen hem/haar als geen ander en leveren een belangrijke bijdrage bij het duiden en toetsen van het beeldvormend onderzoek (zie stappenplan op de volgende pagina).

Stappenplan

Om tot een individueel Balansboek te komen, worden er drie stappen ondernomen.

1. Vraagstelling

Wanneer een cliënt opvallend vaak uit balans is en de begeleiding en/of de familie zich zorgen maken over het welbevinden van de cliënt, of wanneer zij denken “het kan beter”, kan dit aan de gedragskundige van de cliënt worden voorgelegd. De gedragskundige kan onderzoeken of het Balansboek een passend middel is.



2. Onderzoeksfase

Een goede beeldvorming is belangrijk. De drie disciplines gedragskundige, communicatie-medewerkster en si-therapeute beginnen een beeldvormend onderzoek op hun eigen vakgebied waarbij familie en begeleiders een belangrijke informatiebron zijn.

- De gedragskundige onderzoekt het niveau van de cliënt en maakt aan de hand van gesprekken met begeleiding en familie, klinische beeldvorming en mogelijke tests een persoonsbeeld van de cliënt. Het doel hiervan is een goed beeld te krijgen van hoe de cliënt de wereld ervaart, wat zijn sociaal-emotionele en cognitieve niveau is, zijn voorkeuren, bijzonderheden op het gebied van lichamelijk functioneren en zijn karaktereigenschappen.
- De communicatiemedewerkster heeft kennis en ervaring op het gebied van onderzoek van de communicatieve mogelijkheden van de cliënt. Dit brengt zij in kaart. Zowel de receptieve vaardigheden (wat begrijpt de cliënt van mij; wat is ervoor nodig in ondersteunende communicatie dat de cliënt mij beter begrijpt) als de expressieve communicatie (hoe maakt de cliënt zich duidelijk aan mij; wat heeft de cliënt nodig aan hulpmiddelen om zich beter duidelijk te kunnen maken).

- De SI-therapeute onderzoekt de zintuiglijke prikkelverwerking en alertheid van de cliënt. Hoe verwerken de verschillende zintuigen van de cliënt de prikkels uit de omgeving en wat is ervoor nodig om prikkels zo prettig mogelijk af te stemmen op de cliënt. De si-therapeute werkt veel met video-opnames van de cliënt die ze vervolgens samen met alle betrokkenen van het proces bespreekt.

In de onderzoeksfase, die zo'n zes maanden duurt, komen de verschillende betrokkenen tussentijds drie keer bijeen om de onderzoeksgegevens uit te wisselen en aan elkaar te toetsen. Eerste adviezen kunnen worden geïmplementeerd in de begeleiding van de cliënt en de bevindingen daarvan kunnen met elkaar worden uitgewisseld.

De gedragskundige integreert uiteindelijk alle informatie tot een eerste opzet van het Balansboek waarna de andere betrokkenen deze toetsen aan hun eigen onderzoeksgegevens en aan de eigen praktijk van de begeleiders en familie. Tot slot past de gedragskundige de conceptversie aan tot een versie die begeleiders in de praktijk gaan hanteren. Na zes tot acht maanden is het Balansboek gereed.

Opbouw van een Balansboek

Het eerste deel van het Balansboek bestaat uit een beschrijving van de persoon. Zijn niveau, voorkeuren, karakter, en de belangrijkste beeldvormende informatie vanuit de vijf pijlers van LACCS (lichaam, alertheid, contact, communicatie en stimulatie). De basisbegeleidings-voorwaarden die vanuit deze beeldvorming passend zijn, worden hier beschreven.

Het tweede deel van het Balansboek bestaat uit een beschrijving van hoe de verschillende stadia van alertheid eruit zien bij de cliënt en wat je als begeleider kunt doen (begeleidings- en omgevingsvoorwaarden) om de cliënt te ondersteunen zoveel mogelijk optimaal alert te zijn gedurende de dag.

In het Balansboek is een mogelijkheid om stadia 4 de oranje fase (zie schema fases alertheid) op te splitsen in een gele en oranje fase. Dit is optioneel en wordt gebruikt wanneer duidelijk is dat er hier bij de cliënt verschillende fases te onderscheiden zijn.



3. Implementatiefase

De voorlopig definitieve versie wordt door de betrokken disciplines (gedragskundige, si-therapeute en communicatiemedewerkster) gepresenteerd aan de clusters van de dagbesteding en van de woning van de cliënt. Familie kan hier ook bij aansluiten. Zo worden alle medewerkers samen met de familie meegenomen in de beeldvorming van alle drie de disciplines en worden de begeleidingsadviezen aan hen gepresenteerd.

Met medewerkers worden afspraken gemaakt over het actief gebruiken van het Balansboek en over het meermaals per dag rapporteren van de verschillende fasen van alertheid. Ook rapporteert de begeleider wat hij/zij zelf heeft gedaan om de alertheid te reguleren en daarmee een bijdrage te leveren aan de balans van de cliënt.

De persoonlijk begeleider toetst bij zijn of haar collega's of de adviezen worden uitgevoerd en of het de balans van de cliënt ten goede komt (objectief door de rapportages op fase 3 te beoordelen) en koppelt dit terug naar de gedragskundige of zorgconsulent.

De digitale rapportage kan worden geanalyseerd waarmee tendensen in fasen van alertheid kunnen worden opgemerkt en eventuele pijnpunten in het programma of de begeleiding kunnen worden herzien.

Eventuele extra inzet en middelen

- Is de problematiek dermate moeilijk te reguleren of heeft een individuele begeleider moeite met de uitvoering van de adviezen, dan kan een Heijkooptraject als hulpmiddel worden gestart om medewerkers aan de hand van video-beelden nog intensiever mee te nemen in de beeldvorming en begeleidingsvoorwaarden die de cliënt nodig heeft.
- Vindt men het lastig passende activering / stimulering te vinden bij de cliënt, dan kan een leercoach "Ervaar het maar" worden ingeschakeld om de activering te helpen aan te passen op de mogelijkheden van de cliënt.
- Bij personele wisselingen kan één van de betrokken disciplines of de zorgconsulent worden gevraagd de specifieke beeldvorming en begeleidingsstijl aan nieuwe medewerkers te kunnen toelichten.
- Wanneer het voor de cliënt van belang is om een voorspelbaar en uitgebalanceerd dagprogramma te hebben, dan kan een dagprogramma met in- en ontspannende activiteiten worden gekoppeld aan het Balansboek.
- Wanneer gewenst kan er hulp geboden worden bij het uitvoeren van de adviezen of activiteiten vanuit de SI-therapie en SI-oefeningen.
- Ook is het mogelijk zogenaamde verzorgingskaarten te maken om (ADL-)momenten zodanig te structureren dat het voor de cliënt zo voorspelbaar en prettig mogelijk verloopt. Gebruik van verzorgingskaarten kunnen ook een advies zijn naar aanleiding van een Balansboek.



Meer informatie

Estinea hecht grote waarde aan het delen van kennis en ervaring om zo een bijdrage te leveren aan het levensgeluk van mensen met een beperking. Heeft u naar aanleiding van deze informatie interesse in of vragen over het Balansboek? Neemt u dan contact op met: Lot de Swart, ontwikkelaar Balansboek en gedragskundige met aandachtsgebied EMB, tel. 088 49 50 500 of lot.deswart@estinea.nl.

Over Estinea

Estinea ondersteunt mensen met een beperking in de Achterhoek en Twente. Ruim 750 medewerkers en rond de 400 vrijwilligers ondersteunen meer dan 1.000 cliënten in de gemeenten Aalten, Berkelland, Bronckhorst, Doetinchem, Enschede, Haaksbergen, Hengelo (Ov.), Montferland, Oost Gelre, Oude IJsselstreek en Winterswijk. Locaties van Estinea liggen meestal midden in een woonwijk. Ze zijn kleinschalig van opzet en cliënten wonen in individuele appartementen. Medewerkers werken in zelfsturende teams en maken zelf afspraken over de ondersteuning en begeleiding die nodig is. Wij ondersteunen hen op alle levensterreinen en helpen hen om hun eigen netwerk van ouders, familie, vrienden en vrijwilligers in te zetten en te ontwikkelen. Zodat zij volop mee kunnen doen in de samenleving.

Estinea
Herenstraat 21
Postbus 248
7120 AE Aalten
T 088 49 50 500
E info@estinea.nl
W www.estinea.nl

