

Verkenkend gesprek en begrijpelijk Leefpaspoort

voor mensen met een (vermoeden van) licht verstandelijke beperking

Deze handreiking sluit aan op het opleidingsprogramma Uniforme Instroommodel Zuid-Limburg en biedt verdieping voor de doelgroep mensen met een Licht Verstandelijke Beperking (LVB).

Ontwikkeld door:

Bijzonder lectoraat Begrijpelijk Communiceren, Zuyd Hogeschool

Contact:

Ruth.dalemans@zuyd.nl

Steffy.stans@zuyd.nl



Wat is een verkennend gesprek?

Een verkennend gesprek, is een gesprek waarin breed wordt gekeken naar de leefwereld van de hulpvrager. Hierbij ligt de regie bij de hulpvrager zelf, en wordt er samen gezocht naar de meest passende interventies. Het is een gesprek met een positieve benadering.

Doel en focus van het verkennend gesprek

Het doel is om handvatten te vinden die de hulpvrager helpen beter om te gaan met zijn uitdagingen. Deze gesprekken zijn gericht op het versterken van de eigen kracht en mogelijkheden van de cliënt en om zicht te krijgen in de wensen en behoeften op het gebied van gezondheid en welzijn van de persoon met een lichtverstandelijke beperking (LVB).

Specifieke werkwijze voor mensen met een LVB

Deze handreiking is speciaal ontwikkeld voor het verkennend gesprek met mensen met een (vermoeden van) LVB. Ook bij een vermoeden van LVB is deze methode bruikbaar, waarbij steeds gesproken wordt over 'mensen met een LVB'.

Het begrijpelijk Leefpaspoort als resultaat

Het verkennend gesprek resulteert in een begrijpelijk Leefpaspoort waarin de wensen en behoeften over de huidige en gewenste levenssituatie van de persoon met LVB weergegeven staan. Ook staat in dit leefpaspoort een concreet actieplan, gericht op gezondheid, welzijn en eigen kracht. Met dit begrijpelijk Leefpaspoort houdt de persoon met LVB eigen regie, wordt optimaal gebruikt gemaakt van wat de persoon zelf kan en kan deze zo nodig makkelijker aankloppen bij hulpverleners zonder telkens weer zijn hele verhaal opnieuw te moeten doen.



Werkwijze

Deze handleiding is niet bedoeld als een vast te doorlopen `one size fits all` protocol. Het doel is om professionals te ondersteunen in hoe het verkennend gesprek te voeren met een persoon met LVB, waarbij ze zelf de regie hebben om dit op maat vorm te geven.

Aansluiten bij een persoon met LVB

Heb je als professional beperkte kennis en ervaring met gesprekken met mensen met een LVB? Verdiep je hier dan eerst in.

Volg de cursus: verkennende gesprekken met mensen met een LVB, Zuyd Hogeschool.

Lees deze tips om goed aan te sluiten bij een LVB:

- Biedt structuur aan
- Rustig, kort, concreet spreken
- Makkelijke woorden
- Geef denktijd
- Eén ding tegelijk
- Vraag voor akkoord bij bespreken van moeilijke dingen
- Woord, houding, emotie en gezichtsuitdrukking passen bij elkaar
- Vragen of jij duidelijk bent
- Check of visueel maken helpt en hoe
- Herhaal
- Respectvol, nieuwsgierig en oordeelsvrij
- Zeg wat je doet en doe wat je zegt
- Positieve grondhouding, betrouwbaar, actieve luisterhouding, niet afdwalen
- Open, transparant en eerlijk zijn
- Ik boodschappen
- In hier en nu blijven
- Sluit aan bij interesses en gewoonten
- Stimuleer zelf nadenken
- Ontkracht niet wensen of doelen
- Sta naast; we doen het samen
- Wees duidelijk in wat je van de ander verwacht
- Alert zijn op gebruik humor of sarcasme

Bezoek ook de volgende website voor tips:

<https://www.kenniscentrumlvb.nl/product/aansluiten-bij-een-lvb-hoe-doe-jij-dat/>

Hanteer voor een snel overzicht over wat je wel en niet moet doen de signalenkaart, te downloaden via <https://www.kenniscentrumlvb.nl/product/signalenkaart-lvb/>

Als je schrijft of schriftelijke informatie geeft, gebruik dan de regels van Taal voor Allemaal, www.taalvoorallemaal.com/taal-voor-allemaal

Gesprekken

Dit format zorgt ervoor dat het gesprek gestructureerd en gericht verloopt, waarbij de wensen en behoeften van de persoon met LVB over zijn of haar levenssituatie centraal staan. Het resultaat is een duidelijk en begrijpelijk actieplan in de vorm van een begrijpelijk leefpaspoort, dat helpt bij het verbeteren van gezondheid en welzijn.

Er zullen minimaal twee gesprekken plaatsvinden.

Hou steeds rekening met:

- **Duur:** Je kunt uitgaan van 1 uur, ga in gesprek met de persoon na of dit past. Mensen met een LVB hebben vaak moeite met lange gesprekken.
- **Locatie:** Kies een locatie die zorgt voor een vertrouwde en rustige omgeving, bijvoorbeeld de thuisomgeving van de persoon.
- **Wie:** ga bij de aanmelding na of het voor de persoon met LVB prettig en ondersteunend kan zijn om iemand uit zijn sociaal netwerk mee te nemen voor het gesprek (partner, vriend, zus,..). Zorg ervoor dat het gesprek wel met de persoon zelf wordt gevoerd, de partner/vriend kan hem of haar ondersteunen.

Gesprek 1: Zo is het nu

Het eerste gesprek is een open gesprek. Het doel is dat jullie samen inzicht krijgen in hoe de levenssituatie van de persoon nú is; met inzicht in zijn problemen, kwetsbaarheden, maar ook krachten en steunende factoren.

Gesprek 2: Zo zou ik het willen

Het tweede gesprek is gericht op het toewerken naar een gewenste situatie. Het doel is om inzicht te krijgen in de wensen en behoeften op het gebied van gezondheid en welzijn van de persoon met LVB: zijn streven. En daarbij om een actieplan uit te werken, ter verbetering van zijn levenssituatie, vastgelegd in een Begrijpelijk Leefpaspoort.

Gesprek 1: Zo is het nu

Kennismaking

- Stel jezelf voor en vraag de ander(en) om zichzelf voor te stellen.
- Indien van toepassing: vraag waarom hij wel/niet iemand heeft meegenomen.
- Geef aan dat het gesprek verloopt tussen jou en de persoon, de gast is er om de persoon eventueel te ondersteunen.
- Bespreek kort het doel van het gesprek:
 - “We gaan vandaag bespreken hoe jouw leven er uit ziet.
We praten over wat jou bezig houdt en wat je blij maakt.
Jij bepaalt wat je wilt vertellen.
Ik luister goed naar jou. Soms stel ik vragen zodat ik je goed begrijp.
Ook stel ik vragen bijvoorbeeld over je lichaam, wat je denkt en voelt.
Of over je dagelijks leven.”
- Introduceer het leefpaspoort (zie apart document):
 - “Dit papier noemen we het leefpaspoort. (wijs naar het leefpaspoort)
Jij bepaalt wat we hier in zetten over jouw leven.
Dat wat we vandaag bespreken kunnen we hier in zetten.
We zetten ook onze afspraken hier in.
Door het leefpaspoort in te vullen onthouden we dit gesprek.
Je kan het leefpaspoort ook gebruiken om andere mensen te laten lezen of te laten zien wie jij bent en wat jou gelukkig maakt.
Je kan het leefpaspoort meenemen naar een volgende afspraak met een hulpverlener”:
 - o In dit paspoort staan belangrijke dingen over de persoon, die hij/zij wilt delen
 - o Het leefpaspoort kan meegenomen worden naar de volgende afspraak. Maar ook naar afspraken met andere hulpverleners. Zo hoeft hij/zij niet steeds alles opnieuw te vertellen.
 - o In het leefpaspoort staat wat er speelt. Maar ook welke afspraken er worden gemaakt.
 - o Vul samen de eerste pagina van het leefpaspoort in, dit kan aan het einde van het gesprek nog aangevuld worden. Vraag of de persoon zelf wilt schrijven, of dat hij liever heeft dat jij schrijft. Schrijven kan voor iemand met LVB lastig zijn.
Als jij schrijft, let er dan op dat je in eenvoudige taal schrijft. De regels van Taal voor Allemaal kunnen hierbij helpen: www.taalvoorallemaal.com/taal-voor-allemaal
 - o Indien de persoon aangeeft dat hij/zij moeilijk kan communiceren, kan eventueel de communicatiekeuzehulp (www.communicatiekeuzehulp.nl) samen ingevuld worden, om te komen tot goede ondersteuning. Het is handig om sowieso een set pictogrammen bij je te hebben, gezien deze vaak ondersteunend kunnen zijn in het gesprek.
- Creëer een ontspannen sfeer en toon empathie.

Gesprek zo is het nu

Het doel van het gesprek is om zicht te krijgen op de huidige levenssituatie van de persoon: Zo is het nu. Om dit gesprek aan te passen op iemand met LVB gebruik je een van de voorkeursinstrumenten. In de volgende alinea wordt uitgelegd wat hiermee bedoeld wordt.

Voorkeursinstrumenten

Het gesprek voeren met een persoon met een LVB vraagt een andere werkwijze. Het is heel belangrijk om het gesprek te visualiseren en structureren. Daarbij moet de eigen regie van de persoon in het gesprek behouden blijven.

Een aantal voorkeursinstrumenten zijn geselecteerd die gebruikt kunnen worden om het verkennend gesprek te visualiseren en structureren:

- Yucell gespreksmethodiek
- Praatmagneten gespreksmethodiek
- Eenvoudige tool of de folder 'hoe gaat het met je'
- Andere ondersteunde communicatie methodieken die een gesprek visualiseren, zoals pictogrammen of foto's.

De werkwijze van deze voorkeursinstrumenten wordt hieronder toegelicht.

Welke voorkeursinstrument je ook gebruikt, het is essentieel om je tempo en taal aan te passen aan de persoon met LVB.

Durf door te vragen als je iets niet begrijpt (wat bedoel je precies?) en behoud de positieve benadering.

Wees authentiek.

Afronding

- Vraag wat de persoon vindt van wat er staat op de visualisatie.
- Vraag hoe de persoon het gesprek ervaren heeft.
- Vraag of de persoon alles heeft kunnen vertellen wat hij/zij wou.
- Maak een foto en laat de persoon zelf ook een foto maken.
- Zet de foto op het begrijpelijk leefpaspoort met een korte toelichting.
- Laat de persoon zelf de toelichting formuleren, help indien nodig.
- Vul de overige vragen in op het leefpaspoort (Wie ben ik)
- Bespreek het vervolg: de volgende keer wordt er besproken 'zo zou ik het willen'.

Yucel

Omschrijving: Met behulp van een koffer gevuld met verschillende gekleurde blokken kun je een concrete opstelling maken die bijvoorbeeld de huidige levenssituatie of een belangrijk thema weerspiegelt. De specifieke vormen en eigenschappen van de blokken, evenals het proces van het opstellen, bieden zowel de persoon als zijn begeleider een eenvoudige manier om structuur aan te brengen bij het analyseren van een levenssituatie, thema of probleem. Hierdoor krijg je meer controle en ideeën over mogelijke acties ([In het kort - yucelmethode](#)).

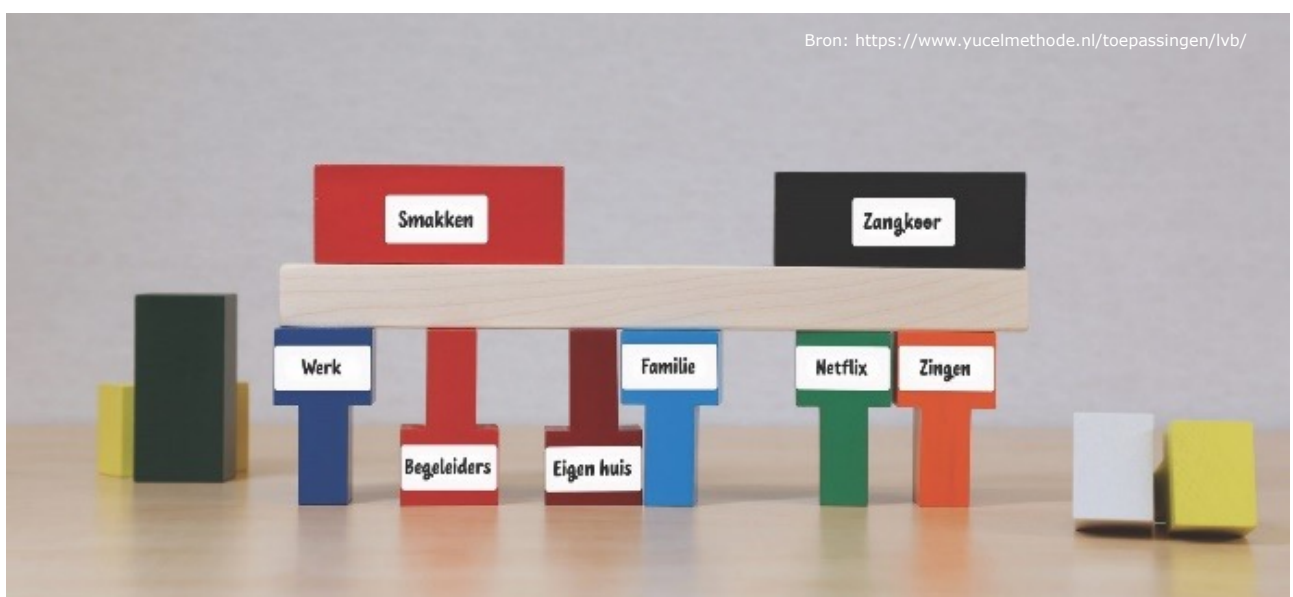
Met behulp van de methodiek creëer je een holistisch beeld en herken je de sterke punten van een persoon, in plaats van alleen de kwetsbaarheden of problemen te zien. Het toepassen van de Yucelmethode vereist van de begeleider een andere benadering, waarbij eerst wordt gekeken naar wat de cliënt zelf kan doen of met hulp van zijn omgeving.

Voor wie: De Yucelmethode is geschikt voor een breed scala aan doelgroepen. Enkele voorbeelden: mensen met een LVB; mensen met psychosociale problematiek; ouderen, niet-talige mensen, kwetsbare families.

Kenmerken: Belangrijke elementen zijn: gelijkwaardigheid, de focus op ondersteunende factoren, eigenaarschap, zelfregie en het beschouwen van de mens in zijn geheel binnen zijn context.

Hoe te gebruiken: Voor het toepassen van de methodiek heeft men een training nodig: <https://www.yucelmethode.nl/training/>

Maak een foto van de opstelling



Verkrijgbaarheid: Een Yucel koffer kan je aanschaffen nadat je de training hebt gevolgd: <https://www.yucelmethode.nl/training/>

Praatmagneten

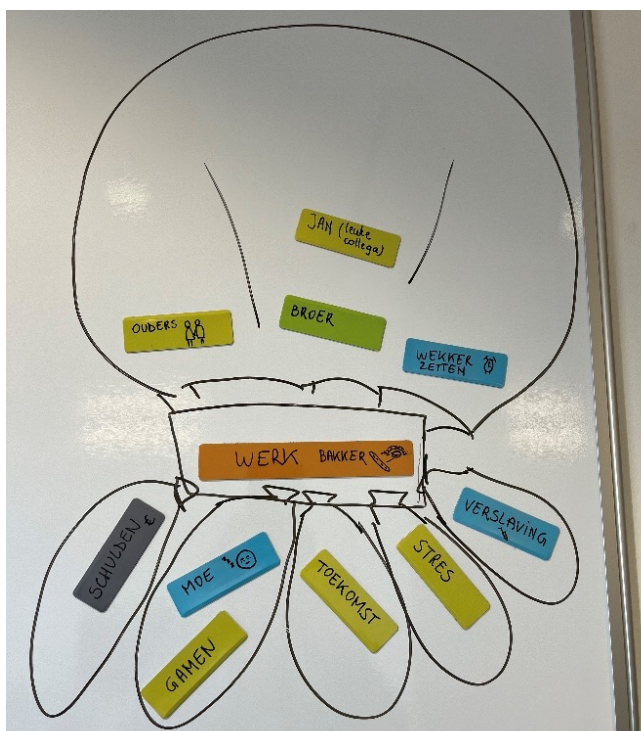
Omschrijving: Praatmagneten is een tool ontwikkeld door het bijzonder lectoraat Begrijpelijk Communiceren in samenwerking met STERKplaats Heerlen. Deze tool ondersteunt mensen die communicatiekwetsbaar zijn, in hun communicatie. Het helpt hen ook om meer eigen regie te houden binnen een gesprek. De tool maakt het gesprek visueel. Met behulp van de tool heb je een gesprek over een thema, of meerdere thema's in het leven van de persoon. Aan het einde van het gesprek zijn alle besproken thema's in beeld door de opstelling van de praatmagneten met bijbehorende woorden en/of afbeeldingen. Door de manier waarop deze magneten zijn geplaatst, krijgt de hulpvrager zicht op de dingen die helpen en op de dingen die moeilijk zijn.

Voor wie: De praatmagneten kunnen gebruikt worden voor iedere persoon die communicatiekwetsbaar is of baat heeft bij het structureren en visualiseren van een gesprek.

Kenmerken: Het toepassen van de praatmagneten helpt bij het in kaart brengen van verschillende thema's in het leven en hoe deze invloed hebben op het welzijn van de persoon.

De tool bestaat uit:

- een magneet-balk dat symbool staat voor het te bespreken thema
- vierkante en rechthoekige magneten om de belangrijke topics gerelateerd aan het thema op te schrijven (in aantal kleuren)
 - o bv. rood = probleem/beperking/stressor/last boven op de balk
 - o bv. groen = kracht/steun/hulp onder de balk plaatsen
- met de grootte van de magneten kan cliënt aangeven hoe sterk of belangrijk dit thema voor hem is; bv. voetbalclub krijgt grote magneet, oma kleinere magneet



Hoe te gebruiken: Het is een volledig open gesprek, waarbij de cliënt kan aangeven wat het gespreksonderwerp is. De professional is oprecht nieuwsgierig.

1

Bepaal samen het gespreksonderwerp. Bijvoorbeeld: Iemands levenssituatie leren kennen en hoe gelukkig die is, maar misschien is er een bepaald onderwerp of deel van het leven waar de persoon gelijk over wil praten.

2

Wat zijn op dit moment dingen die jou ondersteunen in je leven (of het thema waar de persoon het over wil hebben)? Zet die op de magneten. Vraag of de persoon zelf wilt schrijven of dat jij schrijft.

Hulpvragen:

- Wat maakt jou gelukkig?
- Wat helpt jou?
- Wie helpt jou?
- Wat vind je leuk om te doen?
- Waar geniet je van?

3

Wat zijn dingen die lastig zijn in je leven (of het thema waar de persoon het over wil hebben)?

- Wat speelt er in je leven? Wat vind je niet fijn of niet leuk? Zijn er mensen die het niet fijn of niet leuk maken?
- Waarom speelt dit? Waarom is dat zo?
- Wat maakt het moeilijk? Zijn er meer dingen waar je boos bang, of verdrietig van wordt?
- Wie/ wat heeft daar invloed op?

Als het voor de cliënt vrij vaag blijft waar de moeilijkheden en krachten liggen, dan kun je thema's uit Positieve gezondheid als richt-vragen gebruiken. De zes Leefgebieden van Positieve Gezondheid kun je dan als spiekbrieftje ernaast houden, zodat je nog kunt doorvragen op andere leefgebieden die de persoon nog niet genoemd heeft.

Maak een foto van de opstelling na afloop van het gesprek. Zet deze in het leefpaspoort.

Verkrijgbaarheid: Neem contact op met het lectoraat Begrijpelijk Communiceren Zuyd Hogeschool.

Korte vragenlijst Positieve gezondheid

Omschrijving: Indien de persoon er niet voor open staat om het gesprek te visualiseren middels Yucel of de Praatmagneten, dan kun je een Positieve gezondheid vragenlijst gebruiken.

Het nadeel is dat de persoon hierin gestuurd wordt naar de verschillende domeinen, er is minder eigen regie dan bij de andere methodieken. Je kunt de vragenlijst samen invullen of vragen of de persoon deze thuis invult na het gesprek.

Voor wie: Er zijn 2 versies geschikt voor mensen met een LVB:

- **Positieve gezondheid-eenvoudige versie**
Er is een papieren versie beschikbaar: www.iph.nl/eenvoudige-tool-mijn-positieve-gezondheid/
En een digitale versie (met spraak ondersteuning) waarin je stap voor stap de vragen van het spinnenweb doorloopt: <https://vragenlijsten.mijnpositievegezondheid.nl/simple>
- **Positieve gezondheid folder 'hoe gaat het met u'**
Dit is een folder waarbij de persoon enkel een cijfer geeft voor elk domein van positieve gezondheid. Door middel van deze zeer korte vragenlijst krijg je een indruk over welke domeinen belangrijk zijn om te bespreken.
De folder is te bestellen via: <https://webshop-gezondheid.nl/product/a5-folder-huisartsen/>

Kenmerken: Als je de eenvoudige versie lijst live afneemt, duurt het 45-60 min. De folder 5 minuten.

Er worden zes thema's besproken:

- 1. Lichaam:** Hoe voel je je lichamelijk? Heb je klachten of gezondheidsproblemen waar je hulp bij nodig hebt? Vragen zijn bijvoorbeeld: Voel je je gezond? Voel je je fit? Heb je pijn? Kan je goed bewegen?
- 2. Gevoel en gedachten:** Hoe voel je je over het algemeen? Voel je je vaak gelukkig of heb je zorgen? Vragen zijn bijvoorbeeld: kan je goed onthouden? Kan je goed zien en horen? Kan je goed denken? Voel jij je vrolijk? Ben je blij met wie je bent?
- 3. Zinvol leven:** Wat geeft jouw leven betekenis? Wat maakt jou blij of geeft je een goed gevoel? Vragen zijn bv: Heb je zin om 's morgens op te staan? Maak jij je zorgen over de toekomst? Vind jij je leven zinvol? Ben je dankbaar voor je leven?
- 4. Kwaliteit van leven:** Hoe tevreden ben je met je leven op dit moment? Zijn er dingen die je anders zou willen zien? Vragen zijn bijvoorbeeld: Geniet je van het leven? Ben je gelukkig, voel jij je goed?
- 5. Meedoen:** Hoe voel je je in je contacten/activiteiten met anderen? Heb je vrienden of mensen waar je graag mee omgaat?
- 6. Dagelijks leven:** Hoe gaat het met de dagelijkse dingen zoals werk, school, of huishoudelijke taken?

Bij elk thema staat een icoontje in een kleur. Vragen die bij het thema horen, hebben dezelfde kleur.

Hoe te gebruiken:

- Leg uit dat het over de persoon zelf gaat op dit moment (hoe gaat het nu?). Alle antwoorden zijn goed.
- Ga na wat de persoon fijn vindt: zelf (hardop) lezen of voorlezen? Zelf een kruisje zetten of liever niet? Bij personen met een beperkte schrijfvaardigheid kan het als spannend worden ervaren om zelf kruisjes te zetten.
- Op het voorblad staat een voorbeeldvraag. Besteed aandacht aan de antwoordcategorieën, zodat de persoon weet wat de antwoorden en smileys betekenen.
- Vraag de persoon evt. de vraag in eigen woorden te herhalen
- Leg uit dat er een extra hokje is dat de persoon mag aankruisen als hij/zij hier verder over wil doorpraten. Dit kan nadat alles is ingevuld of nadat een van de zes thema's is ingevuld. Het helpt om bepaalde thema's waar de persoon over wil praten niet te vergeten, maar ook om niet volledig af te wijken van het invullen van de tool. Houd er ook rekening mee dat sommige mensen het prettig vinden om het direct toe te lichten i.p.v. achteraf.

Gesprek 2: Zo zou ik het willen

Hier bespreken we een situatie die wenselijk zou zijn voor de persoon, gericht op de lasten en krachten die in het eerste gesprek benoemd zijn. Vervolgens ondersteun je de persoon om acties te bedenken die helpen om naar de wenselijke situatie te komen..

Uitgangspunt is dat de persoon zelf tot inzicht komt wat hij/zij wil en kan veranderen en wat daarbij nodig is. Probeer nieuwsgierig en oordeelsvrij te blijven en een positieve houding te behouden. Het kan zijn dat jij vraagtekens hebt bij de wenselijke situatie, maar het is belangrijk dat de persoon ervaart zelf regie te houden.

Het is goed om je als professional al voor te bereiden, om de persoon te ondersteunen, door voor de besproken thema's en leefgebieden een professioneel onderbouwde verzameling acties en tools te zoeken, bruikbaar voor LVB; zie o.a. kennis-sites als Pag. 8-10 van <https://www.kenniscentrumlvb.nl/product/informatiebronnen-lvb-en-ggz-2/>

Hier kun je als hulpverlener geregeld nieuwe professionele tools/kennis ophalen, vanuit de updates.

Je krijgt ook inzicht in welke sociaal-domein regelingen er allemaal zijn

Gebruik voor het gesprek weer een zelfde voorkeursinstrument als in het eerste gesprek, om te komen tot 'Zo zou ik het willen'.

Zo zou ik het willen

Wat wil ik veranderen?

Wat wil ik behouden?

Hoe ga ik dit doen?

Wie kan mij helpen?

Wat kan mij helpen?

Het kan helpen om de 8 vragen voor eigen regie erbij te nemen.

Mijn eigen regie in 8 vragen



Samenvatten en Reflecteren:

- Vergelijk de foto-opstellingen van de 'zo is het nu' en 'zo zou ik het willen'- met elkaar
- Ga eerst samen prioriteren: welk thema of leefgebied is voor de cliënt het belangrijkste. Dit om te voorkomen dat er veel te veel doelen en acties genoemd worden
- Vat samen wat er besproken is voor elk thema of leefgebied.
- Vraag of de persoon met LVB het eens is met deze samenvatting en of er nog iets is dat toegevoegd moet worden.

Identificeren van Acties:

- Neem het leefpaspoort erbij.
- Laat de persoon zelf acties formuleren.
- Schrijf de belangrijkste acties op in het actieplan van het leefpaspoort.
- Gebruik visuele hulpmiddelen en eenvoudige taal. Voor dat thema of leefgebied: welke (kleine) stappen kunnen we zetten om je te helpen je doelen te bereiken of je welzijn te verbeteren?

Indien de persoon graag digitaal aan de slag gaat, kan er gebruik worden gemaakt van een applicatie. Bijvoorbeeld de 'To Do app', een eenvoudige app om taken bij te houden. Of de B-appy, een app ontwikkeld voor mensen met een LVB om aan de slag te gaan met hun positieve gezondheid, gratis te installeren. De app daagt uit om acties erin te zetten en die zelf te volgen, waarbij je zelf ook nog een type online-coach kan kiezen (bv. lieve oma of strenge kapitein). Het nadeel is dat er geen eigen acties geformuleerd kunnen worden, maar dat je moet kiezen tussen vooraf bepaalde acties (zoals eerder naar bed gaan) (<https://b-appy.app/>)

Afronding en Follow-up:

- Bedank de persoon voor zijn/haar openheid
- Bespreek of een vervolgspraak met jou of met de huisarts wenselijk is.
- Noteer deze afspraak in het leefpaspoort.
- Bespreek het belang van vervolgspraken en hoe deze gesprekken kunnen bijdragen aan hun welzijn.
- Geef een kopie van het Leefpaspoort aan de persoon mee, zowel schriftelijk als per email.
- Vraag of je het Leefpaspoort naar de huisarts mag sturen.