



ervaar het maar

met...

de verzorging van
mensen met een ernstige
meervoudige beperking

	pagina
Voorwoord	3
Inleiding	4
Ervaar het maar met de verzorging	5-6
Benaderingswijze bij de dominante ervaringsordening	7-9
Persoonsgericht verzorgen in 6 stappen	10
Stap 1. 'Wat weet je van de ander?'	11
Stap 2. Onduidelijkheden onderzoeken d.m.v werkdoelen	12
Stap 3. In kaart brengen van de manier van verzorgen	13
Voorbeeld verzorgingskaart	14
Stap 4. Maak een persoonlijke toilettas of verzorgingsmandje	15
Stap 5. bewustwording van je eigen manier van verzorgen	16
Stap 6. Integreren van deze eenduidige benaderingswijze	17
Handige verzorgingstips	18-20
Dankwoord	21
Aanraders	22

Voorwoord

Volledig of voor een groot deel afhankelijk zijn van je omgeving vraagt van de verzorger kennis, inzicht en vooral respect voor de ander in zijn mens-zijn. Het vraagt ook een voortdurend kritisch zijn op je eigen handelen.

Wat gebeurt er als er weinig tijd is of wanneer je het gevoel hebt dat er onvoldoende tijd is binnen de organisatie voor het verzorgen van deze mensen?

Wat gebeurt er als je al jaren op dezelfde groep werkzaam bent?

Wat gebeurt er als er collega's zijn die een andere kijk op de verzorging van deze mensen hebben dan jij?

Dit zijn enkele wezenlijke vragen want het antwoord zal zijn weerslag hebben op hoe de ander verzorgd wordt.

Des te meer de ander afhankelijk is des te belangrijker wordt het om regelmatig je eigen handelen te overdenken en bespreekbaar te maken.

En dat is een gevoelig onderwerp. Want iedere verzorger verzorgt in eerste instantie vanuit allerlei goede bedoelingen.

Tijdens mijn observaties op een aantal woongroepen en gesprekken met vele mensen is het idee van dit boek ontstaan.

Hoe krijg je nu een eenduidige en meer persoonsgerichte benadering tot stand?

Ik denk door deze stapsgewijze manier waarop begeleiders en verzorgers handvatten krijgen om te bekijken wat ze van de persoon die verzorgd gaat worden weten en welke manier van verzorgen het beste bij deze persoon past. Zodat de persoon met een beperking zich gezien voelt, voelt dat hij of zij er mag zijn en dat er van hem of haar gehouden wordt als mens.



Inleiding

Dit boekje sluit aan bij de methodische werkwijze 'Ervaar het maar'. Een methode voor het stimuleren van de motoriek, de zintuigen en de communicatie in de begeleiding van mensen met een ernstige meervoudige beperking. Deze benaderingswijze sluit naadloos aan bij de verzorging van deze mensen.

Het doel van dit boekje is om een eenduidige aanpak rondom de verzorging te stimuleren en om de verzorging van mensen met een ernstige meervoudige beperking zo respectvol en persoonlijk mogelijk te laten verlopen.

Hoe jonger een mens hoe makkelijker de verzorging verloopt. De baby is makkelijk op te tillen en vast te pakken, het verschonen van luiers minder afstotend.

Hoe ouder een mens wordt hoe sterker de urine- en ontlastinglucht en ook de hoeveelheid is aanzienlijk meer. Daarbij komt nog dat meisjes en vrouwen menstrueren en vaker verschoond zullen moeten worden. Dat vergt van de verzorger soms 'incasseringsvermogen' om het verschonen te volbrengen. Bij dit soort momenten is het belangrijk om je bewust te zijn van je bejegening ten opzichte van deze hulpbehoevende mens. In wezen gaat het niet om jouw gevoel op dat moment maar om het welzijn van deze, van ons afhankelijke mens.

Dit boekje geeft vanuit de methodiek 'Ervaar het maar' een stappenplan om tot een eenduidige verzorging te komen. Met gerichte en doelbewuste aandacht verzorgen, maakt dat het verzorgen op een zo ontspannen en plezierige manier verloopt en hiermee wordt uiteindelijk tijd gewonnen. Een respectvolle bejegening is een voorwaarde en altijd een uitgangspunt.

De verzorging van mensen met een ernstige meervoudige beperking mag gezien worden als een zinvolle activiteit waarbij alle handelingen persoonlijke en doelgerichte vaardigheden zijn. Het vergt van de verzorger kennis en inzicht en dat zal de verzorging en het contact van en met de afhankelijke medemens vooral ten goede komen.



Uitgangspunten

De methode 'Ervaar het maar' gaat uit van 5 uitgangspunten namelijk:

1. De ervaringsordening van Dr. Timmers-Huigens
2. Totale communicatie
3. Basale stimulatie
4. Motoriek
5. Senso motorische integratie

Ad 1. Het is van belang om de dominante ervaringsordening van de cliënt tijdens verzorgingsmomenten te weten. De benaderingswijze kan vervolgens hierop afgestemd worden.

Ad 2. Er wordt gebruik gemaakt van Totale Communicatie, dat wil zeggen dat het communicatieniveau van de cliënt duidelijk is. Afhankelijk van de specifieke behoefte en afspraken wordt naast gesproken taal gebruik gemaakt van bijvoorbeeld:

- Voelgebaren
- Gebaren
- Verwijzers
- Foto's
- Pictogrammen

Ad 3. Kennis van basale stimulatie is een voorwaarde om mensen met een ernstige meervoudige beperking respectvol te kunnen verzorgen. Het is een grondhouding waarbij de persoon geholpen wordt om zijn eigen lichaam op een zo goed mogelijke manier te kunnen ervaren.

Ad 4. De motoriek van mensen met een ernstige meervoudige beperking is zeer uiteenlopend. Kennis van de motoriek van de persoon is ook een voorwaarde.

Mensen met een ernstige meervoudige beperking werken niet tegen tijdens de verzorging. Spanningtoename is een gevolg van de motorische beperking. Kennisoverdracht door een fysiotherapeut tijdens verzorgingsmomenten is onmisbaar.

Ad 5. Kennis van de sensomotorische integratie van ieder mens afzonderlijk is noodzakelijk.

Hoe werken de afzonderlijke zintuigen? Hoeveel prikkels kan een mens aan? Hoe is de zintuiglijke prikkelverwerking? Hoeveel tijd heeft de persoon nodig na de verzorging om alle handelingen te verwerken? Al deze vragen kunnen verwerkt worden in het handelingsplan van de persoon en uiteindelijk tot een benaderingswijze leiden die goed aansluit bij de mogelijkheden van de cliënt.



De ervaringsordening

Dr. Timmers-Huigens is de bedenker van de theorie van ervaringsordening. De ervaringsordening baseert zich op de mate waarin en de manier waarop prikkels ervaren worden.

Timmers-Huigens heeft 4 ordeningen beschreven nl.:

- De lichaamsgebonden ervaringsordening, geeft informatie over de veiligheid van iemands lichaam
- De associatieve ervaringsordening, geeft informatie over de betrouwbaarheid van de concrete werkelijkheid
- De structurerende ervaringsordening waarbij herkenning is van de samenhang van de werkelijkheid
- De vormgevende ervaringsordening geeft de beleving als uniek wezen in het geheel aan.

Alle vier de ordeningen werken altijd. Maar niet elke ordening is altijd even sterk werkzaam.

Onder bepaalde omstandigheden zijn bepaalde ordeningen dominant ten koste van andere ordeningen die dan minder invloed hebben op de totale beheersing van de chaos in de werkelijkheid.

Het onderscheiden van de vier ordeningen (de dominantie aangeven) geeft een handvat om te begrijpen hoe de persoon het één en ander op een bepaald moment en in een bepaalde situatie de werkelijkheid ordent, zodat daar door de verzorger bij aangesloten kan worden.



Kenmerken van de lichaamsgebonden ervaringsordening

Bij mensen waarbij de lichaamsgebonden ervaringsordening dominant is tijdens de verzorging zie je het volgende:

- Er is onvoldoende besef van het eigen lichaam door gebrek aan ervaring of door motorische beperkingen
- Er is geen besef van tijd. 'Even wachten' en vervolgens iets willen pakken zegt hen niets. Het onveilige gevoel zal op zo'n moment toenemen
- Het eigen lichaam voelt onveilig
- Er is geen begrip voor wat er om hen heen gebeurt
- Taal wordt niet begrepen, men is afhankelijk van lichaamstaal
- Taal werkt geruststellend, rustig spreken in korte zinnen
- Het initiatief gaat van de verzorger uit
- De communicatie verloopt non-verbaal, kennis van de individuele lichaamstaal zoals spanningtoename en mimiek is belangrijk en vooral ook het serieus nemen van de lichaamstaal

Benaderingswijze:

- Benoem vanaf het moment dat de ander uit bed gehaald wordt in korte bewoordingen wat er gaat gebeuren; noem zijn of haar naam bij iedere nieuwe handeling
- Zorg ervoor dat alle benodigdheden binnen handbereik liggen (kleding, tillift, handdoek, washand, toiletpullen etc.)
- Zorg ervoor dat als iemand meegaat naar de badkamer hij of zij ook direct en onafgebroken verzorgd wordt
- Let erop dat de persoon betrokken is bij alle handelingen
- Zodra je begint met de verzorging begin je met basale stimulatie bijv.: Geef diepe druk op de schouders, kijk de persoon aan en noem zijn of haar naam
- Vertel dat je gaat verzorgen
- Bij iedere handeling laat je zien en voelen wat er gaat gebeuren: bijvoorbeeld : '...(naam) ik ga je wassen' Je laat tegelijkertijd de washand zien en voelen in de handen van de ander
- Bij iedere nieuwe handeling noem je wederom de naam van de persoon en herhaal je de manier van aanbieden
- Spreek in één- of twee woordzinnen bijvoorbeeld: arm wassen, hand wassen etc.
- Als de persoon geheel verzorgd is en in de rolstoel zit geef je nogmaals diepe druk op de schouders en vertel je op ooghoogte: ' (naam) je bent klaar'. Tot slot pak je de handen van de ander en wrijft deze over elkaar heen en zegt nogmaals: '(naam) je bent klaar'
- Vertel de ander waar hij of zij nu naar toe gebracht wordt



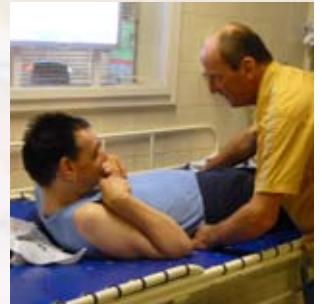
Kenmerken van de associatieve ervaringsordening

- De vaste begeleider wordt herkend
- Meerdere mensen uit de omgeving worden herkend
- Er komt in toenemende mate oog voor het liefst rituele vaste patronen
- De persoon kent de functie van de voorwerpen (met washand wassen, met tandenborstel tandenpoetsen)
- Er is een begin van taal
- De lichaamsdelen worden bewust ervaren
- Er is nog geen kennis van een lichaamsschema (overzicht)
- De dagindeling wordt een gewoonte
- Er is behoefte aan vaste verzorgingsrituelen



Benadering

- Bereid alles goed voor en zorg ervoor dat alle spullen binnen handbereik liggen
- Noem de naam van de persoon en vertel hem of haar met behulp van een gebaar, een foto of een pictogram dat hij verzorgd gaat worden
- Door te benoemen wat je 'onderweg' naar de badkamer ziet, kun je de ander begeleiden in het volgen wat er gebeurt
- Bij iedere nieuwe handeling noem je de naam van de cliënt en vertel je in korte zinnen wat er gaat gebeuren
- Laat de ander zoveel mogelijk meewerken en geef voelaanduidingen of ondersteun met aanwijzen of gebaren. Bijvoorbeeld: '.... (naam van de persoon 'til je billen maar op'. Door kort druk te geven op de billen, voelt de ander wat de bedoeling is en kan hij of zij anticiperen op wat je van hem vraagt
- Laat de ander benoemen of kijken naar wat er vervolgens gaat gebeuren, zo betrek je de ander in de verschillende handelingen
- Benoem de reacties die je ziet of voelt. Bijvoorbeeld bij spanningtoename: 'Ik zie dat je dat niet prettig vindt, of 'je schrikt, dat heb ik te snel gedaan' etc.
- Als het wassen en afdrogen gebeurd is kun je de ander vragen wat er nu gaat gebeuren
- Laat alle kledingstukken iedere keer duidelijk zien en voelen voordat je het aantrekt
- Sluit de verzorgingsactiviteit duidelijk af
- '....., je mag in je stoel, je bent klaar met wassen en aankleden'
- Vertel iemand hoe goed hij of zij eruit ziet en laat hem of haar indien mogelijk in de spiegel kijken
- Bereid iemand voor op wat er ná de verzorging gaat gebeuren



Kenmerken van de structurerende ervaringsordening

- De persoon herkent bekende personen en kent de namen
- Hij of zij heeft overzicht en weet wat er tijdens verzorgingsmomenten gaat gebeuren
- Er is meer flexibiliteit, het maakt niet uit op welk tijdstip of in welke volgorde verzorgd gaat worden
- Iemand kan duidelijk, vaak ook met taal, aangeven wat prettig en onprettig is
- Iemand kan een duidelijke voorkeur hebben door wie hij of zij het liefst verzorgd wordt
- De persoon heeft ook oog voor wat er verder om hem heen gebeurt

Benadering

- Laat de ander ook invloed hebben op de gebeurtenis en vraag wat hij of zij prettig vindt
- Besef dat mensen die ernstig meervoudig beperkt zijn en over het algemeen structuur kunnen aanbrengen in het dagelijks leven, wel eens heel anders kunnen reageren tijdens verzorgingsmomenten waarin hij of zij afhankelijk is van de ander
- Laat de ander zoveel mogelijk zelf doen, wat het gevoel van eigenwaarde bevordert



Kenmerken van de vormgevende ervaringsordening

- Ieder mens is uniek op zijn eigen bijzondere wijze
- Iemand kan iets eigens toevoegen aan bestaande structuren, bijvoorbeeld aangeven dat iemand anders verzorgd wil worden, op een ander tijdstip of alleen door bepaalde personen
- Iemand kan zijn eigen fantasie gebruiken in bijvoorbeeld verzorgingsmiddelen
- Ieder mens is kwetsbaar op het moment dat hij of zij afhankelijk is van een ander

Benadering

- Geef de ander de ruimte zijn leven vorm te geven
- Respecteer de ander in zijn ideeën en overleg met elkaar wat mogelijk is in de verzorging

Om tot een eenduidige aanpak te komen kunnen 6 stappen gevolgd worden. De volgende stappen worden uitgebreid besproken.

Stap 1: Wat weet je van de ander?

Bij de eerste stap wordt onderzocht of men alles van de ander weet ten aanzien van de verzorging.

Stap 2: Onduidelijkheden onderzoeken door middel van werkdoelen.

Om de verzorging te koppelen aan het handlingsplan wordt doelbewust verzorgen gestimuleerd en kunnen vragen die voortkomen uit stap 1 onderzocht worden d.m.v. werkdoelen.

Stap 3: In kaart brengen van de manier van verzorgen.

Door gebruik te maken van een verzorgingskaart kan in één oogopslag bekeken worden wat de benaderingswijze is voor de hulpbehoevende mens.

Stap 4: Maak een persoonlijke toilettas of verzorgingsmandje.

Bij deze stap verdiep je je in wat de ander prettig vindt wat betreft de verschillende zintuigen en worden toiletartikelen hierop aangepast.

Stap 5: Bewustwording van je eigen manier van verzorgen.

Met deze vragenlijst is het de bedoeling om kritisch te kijken naar je eigen handelen en dat van de andere medewerkers. Het kan een leidraad zijn om bejegening tijdens de verzorging onder de loep te nemen binnen het team of gewoon voor jezelf.

Stap 6: Integreren van deze eenduidige benaderingswijze.

Bij de laatste stap worden ideeën en adviezen gegeven met betrekking tot scholing welke gegeven kunnen worden door verschillende disciplines.

Stap 1. Wat weet je van de ander?

- Hoe ordent hij of zij zijn ervaringen tijdens de verzorging?
- Hoe is de communicatie tijdens de verzorging?
- Is er oogcontact tijdens de verzorging?
- Volgt de ander wat je zegt en doet?
- Hoe communiceert de ander tijdens de verschillende verzorgingsmomenten en hoe uit hij of zij dit?
- Hoe is de stemming tijdens de verzorging?
- Wat is bekend over de motoriek tijdens de verzorging?
- Veel spanning?
- Weinig spanning?
- Wisselende spanning?
- Wat weet je van de prikkelverwerking tijdens de verzorging?
- Hoe is de tast, zijn er verschillen te bemerken in het lichaam?
- Hoe is de visus?
- Hoe ervaart de ander geuren?
- Hoe reageert iemand op geluidsprikkels om hem of haar heen?
- Hoe is het evenwicht?
- Hoe is het lichaamsschema en lichaamsbesef?
- Hoeveel prikkels kan iemand aan tijdens de verzorging?
- Hoeveel tijd heeft de ander nodig om te 'herstellen' van de verzorgingsprikkel?
- Hoe reageert iemand op verschillende benaderingswijzen van basale stimulatie?
- Heeft de ander baat bij diepe druk of juist lichte aanraking?
- Ervaart iemand zijn lichaam voldoende tijdens verzorgingsmomenten?
- Zijn er verschillende reacties waar te nemen bij verschillende mensen of benaderingswijzen?



Stap 2. Onduidelijkheden onderzoeken door middel van (werk)doelen

Handelingsplan

Tijdens een handelingsplan bespreking wordt gezamenlijk bepaald welke onduidelijkheden onderzocht moeten worden.

Wanneer iemand ook nog geregeld thuis komt of naar een logeeraadres gaat is het van belang om na te gaan hoe de verzorging op de andere plek verloopt. Als er grote verschillen zijn in de reactie van de persoon tijdens de verzorging is het aan te raden filmopnamen te maken en deze met de betreffende partijen te analyseren en te bespreken.

Werkdoel

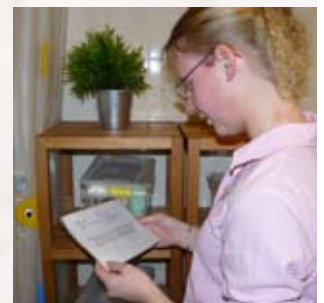
Vanuit het opvoedings of begeleidingsplan van Carla Vlaskamp wordt gewerkt met het perspectief, het hoofddoel en hieruit vloeien werkdoelen voort. Neem het werkdoel met de hoogste prioriteit en spreek met elkaar af hoe lang het (werk)doel onderzocht gaat worden. Evalueer het werkdoel tenslotte en verwerk de uitkomst in het persoonsbeeld en de verzorgingskaart.

Het maakt in principe niet uit met wélk begeleidings- of handelings- of zorgplan er gewerkt wordt. Uiteindelijk gaat het om het doelgericht werken en eenduidig benaderen zodat er bij onduidelijkheden door middel van doelen gezocht kan worden naar antwoorden.

Stap 3. In kaart brengen van de manier van verzorgen

Omdat mensen met een meervoudige beperking vaak door vele mensen verzorgd worden door de jaren heen, is een verzorgingskaart een makkelijke handleiding om tot een eenduidige verzorging te komen.

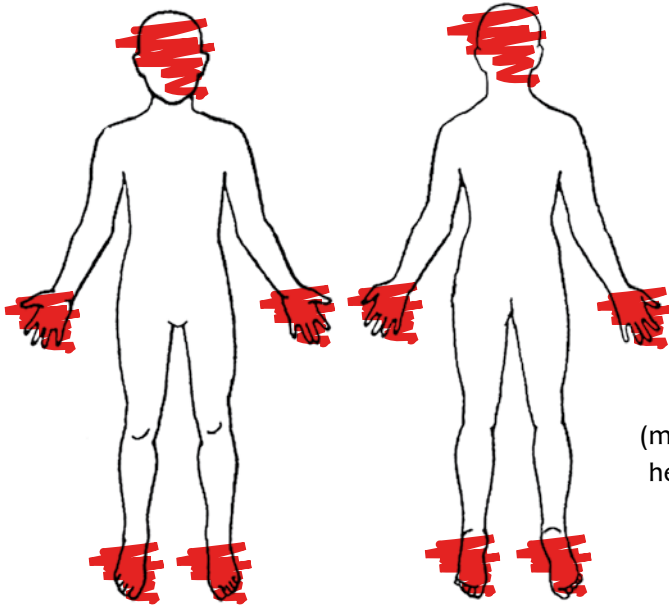
Hier volgt een voorbeeld hoe zo'n kaart eruit zou kunnen zien. Op het plaatje van het lichaam kan met rood aangegeven worden welke lichaamsdelen extra gevoelig zijn.



Voorbeeld: verzorgingskaart van Marja

Voorzijde lichaam

Achterzijde lichaam



(markeer de lichaamsdelen die het meest gevoelig zijn met rood)



Volgorde verzorging:

De verzorger begint met het verzorgen aan de linkerkant van Marja (rechts voor de begeleider). Eerst de voorkant van het lichaam daarna de achterkant van het lichaam

1. Schouders
2. Armen en handen
3. borst en buik
4. billen
5. benen
6. voeten
7. hoofd (haren)
8. gezicht

Volgorde aankleden:

1. luier
2. onderbroek
3. bh, hemd
4. trui / t-shirt / blouse
5. broek
6. sokken
7. schoenen (in de rolstoel aandoen)

Volgorde : (scheren, tandenpoetsen, haren kammen, luchtje op)

Overige opmerkingen t.a.v.:

Motoriek: Marja is spastisch, fysiotherapeut geeft verzorgingsinstructies aan nieuwe verzorgers

Zintuigen: Marja verdraagt weinig prikkels en is overgevoelig aan hoofd, handen en voeten. Zij heeft na de verzorging, drie kwartier nodig om tot rust te komen

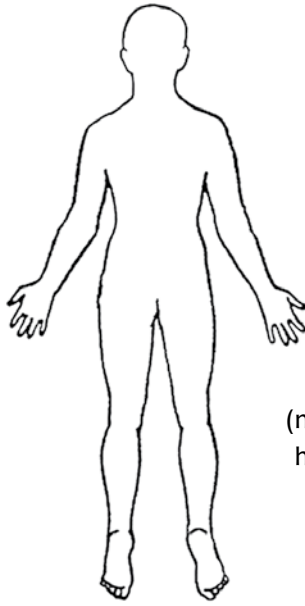
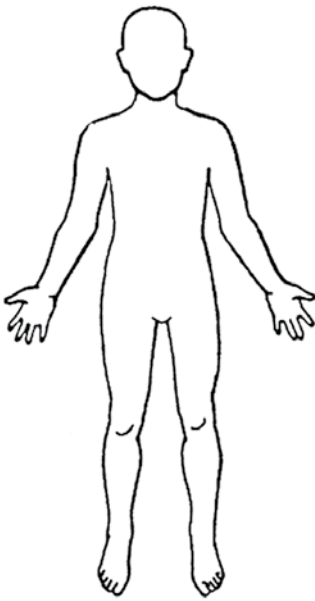
Communicatie: Rustig spreken in twee- of driewoordzinnen. Zingen tijdens de verzorging brengt Marja ontspanning. Een duidelijk begin en afronding van de verzorgingsactiviteit is belangrijk

Basale stimulatie: Marja heeft behoefte aan diepe druk

Verzorgingskaart van

Voorzijde lichaam

Achterzijde lichaam



(markeer de lichaamsdelen die het meest gevoelig zijn met rood)

Pasfoto

Hoe wordt er verzorgd: (liggend, staand, zittend)

Volgorde verzorging:

De verzorger begint met het verzorgen aan de linkerkant van de cliënt (rechts voor de begeleider).

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.

Volgorde aankleden:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

Volgorde overige verzorging: scheren, tandenpoetsen, haren kammen, luchtje op.

Overige opmerkingen t.a.v.:

Motoriek:

Zintuigen:

Communicatie:

Basale stimulatie:

Stap 4. Maak een persoonlijke toilettas of verzorgingsmandje

Zoveel mensen, zoveel verschillen en dat is zeker zo ten aanzien van de verschillende zintuigen. Houd bij de samenstelling van de verzorgingspullen rekening met:

Tast

Tast van de persoon, wat weet je hiervan? Is er sprake van een normale gevoeligheid, overgevoeligheid, ondergevoeligheid of wisselend?

Er zijn verschillende soorten washandjes en sponzen.

Waar heeft de ander behoefte aan ruwe of zachte materialen?

Geuren

Geuren van shampoo, zeep, scheerzeep, tandpasta etc.

Zoek een geur die bij de persoon past.

Shampoos, badschuim, zeep e.d op natuurlijke basis worden over het algemeen goed verdragen en zijn vaak mild in geur (merk: Kneipp, Weleda, Volatile).

Smaak van tandpasta

Bekijk per persoon welke smaken het beste verdragen worden.

Als iemand gevoelig tandvlees heeft is een tandpasta op natuurlijke basis een goed besluit, in eerste instantie is de smaak wat sterk, maar het tandvlees heelt sneller.

Mensen die gericht zijn op proeven, daarbij kun je observeren welke tandpasta het 'lekkerste' is voor de persoon.

Visus

Kleurige materialen kunnen bijdragen aan een plezierig bad/verzorgingsmoment.

Bij een slechte visus, contrastrijke materialen gebruiken

Gehoor

Mensen die moeite hebben met verzorgingsmomenten daarbij kan zingen of rustig praten helpen. Bij het standaard aanzetten van een radio op een badkamer is het belangrijk om na te gaan in hoeverre dit bijdraagt aan een plezierig verzorgingsmoment. Het is belangrijk om rekening te houden met de hoeveelheid prikkels die iemand kan verdragen.

Kast met verzorgingspullen

Plaats een kast met de persoonlijke toilettassen of de verzorgingsmandjes op een praktische en overzichtelijke plaats in de badkamer.

Plak bijvoorbeeld een foto op het mandje en leg de verzorgingskaart erbij zodat ook door invallers in één oogopslag de juiste toilettas/mandje gevonden kan worden van de te verzorgen persoon.



Stap 5. Bewustwording van je eigen manier van verzorgen

Zoveel mensen zoveel wensen,
zoveel mensen zoveel manieren.

Iedere begeleider heeft zijn eigenheid en dat is maar goed ook. Datgene wat hem of haar uniek maakt. Datgene wat het contact met je medemens kleur geeft.

Wel is het belangrijk om afspraken te maken binnen het team over bejegening tijdens verzorging.

De volgende vragen kunnen een leidraad zijn:

- Wat is jouw specialisme tijdens de verzorging van je medemens, waar ben je goed in?
- Wat gaat je makkelijk af in de verzorging en wat vind je moeilijker?
- Wat zou je nog willen leren t.a.v. de verzorging?
- Hoe bejegen jij de verschillende hulpbehoevende mensen?
- Wat doe je bij mensen waarbij de verzorging moeizaam verloopt?
- Hoe is jouw taalgebruik naar je medemens?
- Hoe vind je het taalgebruik van je collega's naar je medemens?
- Zouden jullie gezamenlijke afspraken kunnen maken wat betreft de verzorgingsmomenten en welke afspraken vind jij belangrijk?



Stap 6. Integreren van deze eenduidige manier van werken

Nu een eenduidige aanpak beschreven is en voor ieder persoonlijk is uitgezocht, komt de laatste stap.

Hoe houd je deze eenduidige manier van werken vast?

Wat gebeurt er als er veel wisselingen zijn in personeel of er komen invalkrachten?

Het antwoord is:

Scholing

Binnen de werkplek is het aan te raden om in ieder geval één keer per jaar een scholingsmiddag te organiseren.

Een opfrismiddag waarbij vragen vanuit de praktijk besproken kunnen worden en waarbij je weer even de puntjes op de 'i' kunt zetten.

Een scholingsmiddag kan er als volgt uit zien:

Scholing door:

De fysiotherapeut:

- informatie over lichaamsspanning en verschillende motorische beperkingen
- adviezen over benadering van motorische beperkingen
- Werken met de tillift en tiltechnieken

De ergotherapeut:

- adviezen bij aan- en uitkleden
- adviezen bij handfuncties
- informatie over de senso-motorische integratie

De logopedist:

- adviezen over totale communicatie tijdens verzorgingsmomenten
- tandenpoetsinstructie
- informatie over eet- en drinkproblemen
- adviezen wat betreft eten en drinken geven, mondcontrole

Douchen

- Laat eerst het geluid van de douche horen en vervolgens even voelen aan de hand, zodat de ander niet schrikt van ineens een sproeier op zijn lichaam
- Een washandje om de douchekop, geeft een zachtere straal en klinkt ook zachter
- Begin niet bij het hoofd en de haren, het hoofd is het meest gevoelige lichaamsdeel.



Wassen

- Het gezicht is ook gevoelig, was daarom eerst het ene deel van het gezicht en laat de neus vrij, vervolgens het andere deel van het gezicht en tot slot de neus



Afdrogen

- Zorg ervoor dat het lichaam zo min mogelijk afkoelt. Daarom kun je na het lichaam gewassen te hebben, een droge handdoek op het lichaam leggen en vervolgens de haren wassen
- Als iemand afdrogen vervelend vindt, onderzoek dan of deppen met de handdoek beter gaat

In bad

- Maak van het badritueel een uitgebreide activiteit waarbij de ander zich fijn kan ontspannen
- Experimenteer met verschillende geuren, kleuren en tastervaringen en observeer voortdurend of iemand het prettig vindt



Scheren

Bij veel mannen die gevoelig zijn in het gezicht verloopt het scheren moeizaam of zelfs problematisch.

- Als er sprake is van overgevoeligheid kan het stimuleren van de tast in het gezicht een werkdoel zijn waar door middel van massages aan gewerkt kan worden. Het is van belang om deze massage goed op te bouwen. In samenspraak met iemand die veel weet van de sensomotorische integratie kan een plan opgezet worden.
- Met behulp van een fysiotherapeut kan uitgezocht worden welke uitgangshouding tijdens het scheren het meest optimaal is.
- Soms moet je accepteren dat iemand het scheren als rampzalig associeert en blijft het iets waar iemand iedere dag even door heen moet. Het is in zo'n situatie belangrijk dat dit scheerprobleem multidisciplinair is besproken zodat een eenduidige benadering gehanteerd kan worden.

Tandenpoetsen

Bij veel mensen met een ernstige meervoudige beperking is het tandenpoetsen vaak ook problematisch. Dat heeft te maken met overgevoeligheid in en rond het mondgebied of met bepaalde afwijkingen.

- Hulp en begeleiding van een logopedist is noodzakelijk en regelmatige observaties zijn ook aan te raden.
- Als er een meest optimale manier gevonden is van tandenpoetsen dan is het raadzaam om een filmopname te maken, zodat men ook de meest optimale reacties van de cliënt kan zien.



Tillift

In de tillift ervaart de cliënt diepe druk (de tildoeek rond zijn lichaam) vestibulaire prikkels (het omhoog en naar beneden gaan van de tillift) en het bewegen.

Door middel van basale stimulatie zijn deze prikkels verder te stimuleren en te accentueren.

Er wordt gekeken naar hoe de cliënt deze ervaring in de tillift ordent.

Als er sprake is van angst of flinke spanningstoename kan gekeken worden op welke manier basale stimulatie verlichting kan geven.



Omgeving

Maak afspraken met elkaar met betrekking tot de omgeving tijdens de verzorging:

- Wel of geen muziek aan
- Hoeveel personen in de badkamer
- Onderlinge communicatie

Schoonheidsspecialiste

Voor mensen die veel afweer laten zien in het gezicht kan een schoonheidsspecialiste ingeschakeld worden. Vanuit ontspanning aanraking in het gezicht toe laten.

De schoonheidsspecialiste kan adviezen geven op welke manier de cliënt aanraking kan verdragen in het gezicht.

Het kan zijn dat hierdoor uiteindelijk minder afweer in het gezicht ontstaat.

Bij ouderwordende cliënten wordt de huid ook droger en kan bijvoorbeeld een geschikte crème gevonden worden.



Massage

Bij onvoldoende besef of bewustzijn van het lichaam kan door middel van lichaamsmassages gewerkt worden aan verbetering.

Bijvoorbeeld shantala massage of ayurvedische massage gegeven door een erkend masseur, zodat deze de ouders en/of verzorgers van adviezen kan voorzien.

Tijdsaspect:

Bij een groep van 8 cliënten die volledig afhankelijk zijn is de verzorgingssituatie het meest optimaal als er drie begeleiders zorg kunnen verlenen.

Wanneer dit niet haalbaar is kan men ook creatief kijken naar het tijdstip van verzorgen.

Er kunnen ook afspraken gemaakt worden met de dagbesteding van de cliënt.

Bekijk per persoon in de woongroep hoeveel tijd iemand nodig heeft om verzorgd te worden zodat er tevens aan de geformuleerde doelen aandacht besteed kan worden.

Stem met ouders en verzorgers van de woon- en werksituatie af wat het beste is voor de cliënt en bepaal naar aanleiding van dat gegeven hoe laat iemand op de dagbesteding kan zijn of wanneer de cliënt gedoucht gaat worden: 's ochtends of 's avonds.

Er kan voor gekozen worden de hulp van een verpleegkundige in te schakelen bijvoorbeeld alleen op de verzorgingsmomenten.

Er zijn vele mensen betrokken geweest bij het tot stand komen van dit boekje. Het begon allemaal op 'Reinaerde' in Woudenberg een voorziening voor mensen met een verstandelijke beperking.

Bedankt:

Manager Frans van der Burg voor je enorme inzet en gedrevenheid om de methode 'Ervaar het maar' te integreren binnen de zorg voor mensen met een ernstige meervoudige beperking en je stimulans om dit boekje te maken.
Gedragskundige Fleur Pieterse voor je uithoudingsvermogen en je fantastische begeleiding van vele medewerkers om de methode te implementeren. Je vele goede ideeën. Irma Uiterwijk voor je enthousiasme en begeleiding.

Operationeel managers; Renate Jongebloet, Adriëne Naron en Janny Spenkelink.

De begeleiders, aan hen mijn dank dat ik mocht komen observeren en 'meehelpen' op de groepen de Wende en Hazelaar, ik wist weer even hoe het voelt om een stagiaire te zijn! Bedankt voor jullie geduld en opmerkingen. Zonder jullie allen en zonder deze mensen met een ernstige meervoudige beperking was dit boekje niet ontstaan. Ik heb bewondering voor jullie als mensen, begeleiders, verzorgers.

Voor het maken van de foto's;

Bedankt Pieter de Hart, begeleider van Wende 9, Rob van Dam en Inge Koppen, cliënten van Wende 9 en hun ouders.

Bedankt Sabine v.d. Kaa, begeleidster van Wende 3 en Bart Groenewoud cliënt van Wende 3 en zijn vader.

Naast de mensen van 'Reinaerde' wil ik ook Ellen Langenkamp bedanken, manager van Kind en Zorg van Zozijn in Doetichem.

Wij kennen elkaar al jaren. En al jaren mag ik leren van haar ervaring en wijsheid en stimuleert zij mij mede om nieuwe boeken te schrijven.

De ouders van Elke Hekman. Elke woont nog thuis en aan haar ouders heb ik het concept van dit boekje gegeven met de vraag; Als jullie dit boekje lezen en het wordt gebruikt als leidraad voor de verzorging binnen een woonvoorziening, zouden jullie dan met een gerust hart jullie dochter toevertrouwen aan de zorgen van die voorziening? Hierop hebben zij positief gereageerd.

Tot slot alle mensen die betrokken zijn geweest bij de opmaak van dit boekje.

Realisatie: Reclamestudio Breedbeeld, Deventer.

Zoals je hebt kunnen lezen ontstaan ideeën nooit alleen en ligt mijn bijzondere medemens en de mensen in hun directe omgeving, ten grondslag aan elk nieuw idee.

Boek, reader, dvd

Boek

Meer dan luisteren

Dorothea Timmers-Huigens

ISBN 90-352-2409-4

Reader basale stimulatie

www.basalestimulatie.info

Dvd Basale stimulatie

www.ASVZ-Zuidoost.nl

Cursussen

Ervaringsordening

Info

scholing@pptimmers.nl

Basale stimulatie

www.basalestimulatie.info

Sensomotorische integratie

www.google.nl

Ervaar het maar

www.ervaarhetmaar.nl