



www.eigeninitiatiefmodel.nl

J. T. Timmer

‘EIGEN INITIATIEF MODEL’

“Leren in het dagelijks leven”

“Leren in het dagelijks leven”
Eigen Initiatief Model

Auteur: J.T. Timmer (2003)

Onderstaande tekst is gebaseerd op de lezing die werd gegeven tijdens het symposium ‘De andere manier van leren’ op 13 november 2003 – Congrescentrum De Reehorst in Ede.

Inleiding

Veel situaties en problemen waarmee mensen met een verstandelijke beperking worstelen zijn vaak hele gewone dagelijkse situaties en problemen. Leren moet daarom plaats vinden in gewone dagelijkse situaties en gekoppeld aan de problemen waarmee mensen daar geconfronteerd worden. Problemen die vaak inhouden dat zij niet bereiken wat ze zouden

willen bereiken. Problemen die ook inhouden dat zij vaak niet eens weten wat ze zouden willen bereiken of wat in bepaalde situaties van ze wordt verwacht. Leren zou er daarom ook op gericht moeten zijn dat mensen met een verstandelijke beperking in het dagelijks leven alternatieven – zowel kennis als vaardigheden – aangereikt krijgen waarmee het hen beter lukt dat te bereiken wat ze zelf zouden willen of wat van ze wordt verwacht.

Hier worden vier onderwerpen behandeld die samenhangen met het thema: ‘Leren in het dagelijks leven’:

1. Generalisatie
2. Angeleerde afhankelijkheid
3. Algemene vaardigheden: vaardigheden voor het denken
4. Instructie en coaching van het leren in het dagelijks leven

Deze onderwerpen liggen aan de basis van het ‘Eigen Initiatief Model’ (EIM) en kunnen behulpzaam zijn bij het geven van vorm en inhoud aan het ondersteunen van mensen met een verstandelijke beperking bij het leren in het dagelijks leven.

Generalisatie

Het eerste onderwerp is generalisatie ofte wel de toepassing van kennis en vaardigheden in de praktijk van alledag. Eén van de meest opvallende zaken bij mensen met een verstandelijke beperking – als het gaat om leren – is dat zij veel moeite hebben om kennis en vaardigheden die zij hebben geleerd zelfstandig toe te passen in allerlei dagelijkse situaties. Niet zelden is de verbazing van mensen om ze heen groot als men constateert dat ze ‘iets niet doen, terwijl men op basis van ervaring wel verwacht dat ze het kunnen’.

Een voorbeeld. Jan heeft van zijn begeleider geleerd hoe hij soepballetjes moet maken. Vandaag echter moeten er geen soepballetjes gemaakt worden, maar gehaktballen voor bij de zuurkool. De begeleider verwacht dat Jan – omdat het dezelfde soort handelingen vraagt als bij het maken van soepballetjes – geen moeite zal hebben met het maken van gehaktballen. Deze verwachting blijkt echter niet uit te komen. Als de begeleider na een tijdje bij Jan komt kijken, heeft hij een stapel soepballetjes gemaakt.

Generaliseren is niet alleen moeilijk voor mensen met een verstandelijke beperking, maar voor iedereen. Denkt u maar eens aan een willekeurige cursus die u ooit heeft gevolgd vanuit uw werk. Tijdens de cursus heeft u het idee bepaalde kennis en vaardigheden te hebben geleerd. Het is u zelfs gelukt de oefeningen tijdens de cursus en ook de huiswerkopdrachten voor op het werk goed te maken. Maar nu staat u voor de uitdaging - dat wat u heeft geleerd - te integreren en toe te passen op een manier zoals dat past in uw werk. Dat is moeilijk. Daar moet u over nadenken, dat moet u uitproberen en zo gaande weg een manier vinden die bij u en uw werk past.

Jan uit het voorbeeld staat voor precies hetzelfde probleem. Hij kent de handelingen die nodig zijn voor het maken van soepballetjes en kan deze handelingen ook uitvoeren. Nu staat hij voor het probleem dat hij dezelfde soort handelingen moet toepassen met dit verschil dat hij iets anders moet maken dan hij gewend is.

Generalisatie is één van de belangrijkste criteria om te kunnen bepalen of leren ook resultaat heeft. Bij mensen met een verstandelijke beperking lijkt dit nu juist het grootste knelpunt op te leveren. Ze kunnen heel veel vaardigheden leren, daarvan zijn talloze voorbeelden te noemen. Voor de toepassing daarvan in het dagelijks leven – de generalisatie dus – zijn ze echter afhankelijk van anderen. Anderen zoals ouders, leerkrachten, persoonlijk ondersteuners, jobcoaches en dergelijke. Daarmee komen we op het tweede onderwerp: aangeleerde afhankelijkheid.

Aangeleerde afhankelijkheid

Mensen met een verstandelijke beperking zijn – meer dan op grond van hun leeftijd verwacht mag worden – afhankelijk van anderen om te kunnen functioneren in de samenleving. Afhankelijkheid is niet erg. Iedereen is afhankelijk van anderen. Maar in de huidige visie op ondersteuning – waarvan vermaatschappelijking van de zorg een kernthema is – staan begrippen als zelfregie en zelfstandigheid centraal. Ondersteuning dient ertoe bij te dragen dat mensen meer zelf de regie over hun leven leren nemen en leren zelfstandiger te leven en minder afhankelijk te worden van ondersteuning door professionals. Voor de meeste mensen met een verstandelijke beperking geldt dat zij waarschijnlijk hun hele leven lang afhankelijk blijven van ondersteuning. Het gaat echter om de vraag op welke manier en met welke intentie die ondersteuning – ook bij het leren – wordt gegeven. Ondersteuning mag mensen niet meer afhankelijk maken dan noodzakelijk.

Juist in de afhankelijkheid schuilt een valkuil, voor zowel mensen met een verstandelijke beperking als voor de mensen die hen ondersteunen in het dagelijks leven. Deze valkuil is de valkuil van de aangeleerde afhankelijkheid – een term overigens die is geïntroduceerd door Ad van Gennep. Deze term verwijst naar de houding van veel mensen - om in situaties waarin zij niet weten wat ze moeten doen – terug te vallen op anderen. Een houding die zij in hun leven hebben geleerd: als je iets goed wilt doen, dan heb je daar een ander voor nodig die je uitlegt hoe je dat moet doen. Karin Dekker heeft deze houding eens kernachtig uitgedrukt als ‘Help, ik kan het niet! Waar is mijn begeleider’. Niet iedereen overigens zal zo expliciet aanspraak doen op de hulp van anderen. Aangeleerde afhankelijkheid kan zich op vele manieren uiten. Sommige mensen – zoals Jan eerder – gaan gewoon aan de slag en wachten wel af tot iemand zegt dat ze het anders moeten doen. Anderen wachten af en doen niks, net zolang tot iemand naar ze toekomt en hen uitlegt wat ze moeten doen. Iemand zei eens heel sprekend – toen hem gevraagd werd zelf te bedenken hoe hij iets zou kunnen maken – ‘Daar ga ik toch niet over nadenken! Daar heb ik toch mijn werkleider voor om me dat uit te leggen!’.

Met de houding van aangeleerde afhankelijkheid doen mensen – zonder zich daarvan altijd bewust te zijn - een appel op het door Van Gennep benoemde ‘zorgverlenerssyndroom’. De motivatie van veel mensen om te werken met mensen met een verstandelijke beperking is vaak dat ‘ze mensen willen helpen’. Als we dan zien dat het Jan niet lukt om gehaktballen te maken, dan ligt het voor de meeste van ons voor de hand om hem uit te leggen en desnoods voor te doen hoe hij gehaktballen moet maken. Als het alleen om de gehaktballen gaat is dit niet erg. Maar bij leren gaat het niet om gehaktballen, maar om generaliseren. Jan weet dan nu hoe hij gehaktballen en soepballen moet maken, maar morgen – als hij hamburger moet maken, staat hij weer voor hetzelfde probleem en heeft hij weer zijn begeleider nodig.

Jan leert op deze manier veel, maar hij leert niet zelf na te denken. Jan en zijn begeleider zijn terecht gekomen in een vicieuze cirkel: de begeleider denkt ‘Jan kan het niet uit zichzelf, dus moet ik hem uitleggen hoe hij het moet doen’ en de Jan denkt telkens weer ‘Help, ik kan het niet’ of ‘Maar daar heb ik toch mijn begeleider voor nodig om me dat uit te leggen!’.

Om deze vicieuze cirkel te kunnen doorbreken zou Jan een ander soort vaardigheden moeten leren. Maar ook de begeleider van Jan zou hem op een andere manier moeten ondersteunen bij het leren dan hij gewend is.

Algemene vaardigheden

Om te generaliseren is het niet alleen een voorwaarde dat mensen allerlei concrete vaardigheden beheersen. De meeste mensen met een verstandelijke beperking kunnen veel meer dan meestal wordt aangenomen. Jan kan de handelingen best uitvoeren dus is het niet vreemd dat de begeleider in eerste instantie verwacht dat Jan deze handelingen ook kan vertalen naar een andere opdracht.

Het probleem voor veel mensen met een verstandelijke beperking is echter dat zij niet of in ieder geval niet op de juiste manier nadenken over wat ze doen. Gijs van Gemert schreef ooit: “Zij wachten af of rommelen maar wat aan zonder erbij na te denken”. Voor de buitenstaander lijkt het ook vaak inderdaad dat mensen ofwel niks doen of zonder erbij na te denken enthousiast en zonder zich druk te maken over het eindresultaat aan de slag gaan. Vaak klopt deze interpretatie ook nog. Ze doen maar wat, ze denken niet na. Daar hebben ze toch anderen voor?

Mensen met een verstandelijke beperking moeten niet alleen allerlei vaardigheden leren voor de praktijk van alledag. Zij moeten ook leren nadenken. Niet meer en niet minder dan dat. Bij het *Eigen Initiatief Model* spreken wij in dit verband over algemene vaardigheden: vaardigheden die iemand helpen na te denken over situaties, problemen waar hij of zij tegen aanloopt, taken waar hij of zij voor staat in het dagelijks leven. Onze ervaring is dat veel mensen niet als vanzelfsprekend de relatie leggen tussen de vraag ‘wat zij willen bereiken of wat er van ze wordt verwacht’ en de ‘manier waarop zij het kunnen aanpakken om ook daadwerkelijk te bereiken wat ze willen’. Ondersteuning van het leren moet er daarom ook op gericht zijn om mensen deze relatie te leren leggen. Om mensen ook leerervaringen te geven om te leren ‘wanneer je moet nadenken’, ‘waarover je dan moet nadenken’ en ‘waarom je moet nadenken over wat je doet’.

Het *Eigen Initiatief Model* biedt ondermeer een kader om antwoorden op dit soort vragen te geven. De kern is dat mensen moeten leren nadenken voor zij iets doen (*wat wil ik bereiken / wat wordt van mij verwacht, hoe ga ik het aanpakken, wat kan ik al, wat vind ik moeilijk, enzovoort*), dat zij blijven nadenken terwijl ze handelen (*gaat het nog zo zoals ik dat van te voren heb bedacht, moet ik mijn handelen bijstellen, enzovoort*) en dat ze nadenken als ze iets gedaan hebben, dus achteraf (*is het gelukt zoals ik dat van te voren bedacht heb, heb ik bereikt wat ik wilde, heb ik het goed aangepakt en wat heb ik hiervan geleerd: doe ik het de volgende keer weer op deze manier of juist niet en wat doe ik dan anders*).

Als mensen leren nadenken over dit soort vragen, wordt hun inzicht in eigen mogelijkheden (*wat kan ik en wat wil ik leren*) en beperkingen (*wat vind ik moeilijk en wat kan ik niet*) vergroot. Als gevolg daarvan worden zij minder en in ieder geval op een andere manier afhankelijk van anderen. Zij leren dan dat zij anderen niet meer nodig hebben om hen te uit te leggen wat ze moeten doen, maar dat zij anderen – als zij er zelf niet uitkomen – kunnen vragen hen te helpen nadenken over hoe ze situaties kunnen aanpakken die zij moeilijk vinden.

Het leren denken vraagt van anderen een geheel andere invulling van de ondersteuning dan men meestal is gewend is te geven. Hiermee zijn we bij het laatste onderwerp: instructie en coaching van mensen bij het leren.

Instructie en coaching

In de publicatie ‘*Eigen Initiatief Model – Theorie en praktijk*’ (Timmer, Dekker en Voortman, 2003) worden deze onderwerpen uitgebreid beschreven. We beperken ons daarom hier tot een aantal hoofdzaken.

Om mensen te leren nadenken is het van belang dat anderen hen in het dagelijks leven ondersteunen bij het nadenken. Bij het *Eigen Initiatief Model* is de ondersteuner directief op denkniveau (*hij stuurt het denken van de persoon*) en juist non-directief op uitvoeringsniveau (*hoe iemand iets doet is vooral aangrijpingspunt om na te denken over vragen als ‘wat wordt van mij verwacht / hoe pak het aan?’ en ‘bereik ik op deze manier wat ik wil bereiken?’*) Dat kan vooraf zijn, terwijl iemand ergens mee bezig is of als iemand ergens mee klaar is.

Waar het steeds om gaat is dat anderen de persoon in kwestie heel directief vragen om eens na te denken over vragen zoals we die zojuist stelden. Instructie is dan gericht op kennisoverdracht: wat is denken, waarom is het belangrijk, op welke momenten denk je na, en waarover denk je dan na. Instructie is vooral van belang bij mensen die ‘nog moeten leren nadenken’. Coachen is bedoeld om mensen – die al de nodige kennis hebben van algemene vaardigheden te coachen in de toepassing van deze kennis. Door te coachen leer je mensen de situaties of momenten herkennen waarin het van belang is om na te denken. De inzet is wel dat degene die ondersteunt het denken steeds meer over laat aan de persoon in kwestie en langzamerhand naar de achtergrond verdwijnt. Het doel is dat de persoon – uiteraard binnen de grenzen van zijn mogelijkheden – zelf sturing geeft aan zijn handelen door daar steeds goed over na te denken.

Afsluiting

‘Leren in het dagelijks leven’. Deze titel hebben we gekozen om te benadrukken dat leren niet alleen op een school of in een aparte training plaats vindt, maar vooral ook in het dagelijks leven zelf, vooral door gewoon te doen en na te denken over hoe dat in de praktijk gaat en wat het oplevert. Daar ligt ook de uitdaging. Steeds meer mensen met een verstandelijke beperking maken de stap vanuit een dagactiviteitencentrum naar werken in een gewoon bedrijf of vanuit een woonvoorziening naar een huis in een gewone buurt. Deze stap moeten zij niet pas maken nadat zij eerst in een training hebben bewezen allerlei concrete vaardigheden te beheersen die nodig zijn voor de taken waar zij later voor staan. Deze stap moeten zij veel eerder maken, maar wel met ondersteuning. De meeste mensen hebben geleerd zelfstandig te worden door het gewoon te doen en door vallen en opstaan – en door feedback te krijgen van anderen - te leren welke manieren de beste zijn om met allerhande zaken om te gaan.

Iemand met een verstandelijke beperking heeft expliciet ondersteuning nodig om zelfstandiger en minder afhankelijk van anderen te worden. Ondersteuning die erop gericht is de persoon in kwestie te leren wat de meeste van ons zelf hebben geleerd:

- Inzicht in eigen functioneren in dagelijks leven en op grond daarvan de zaken adequaat aanpakken om dat te bereiken en te doen wat je zelf wilt bereiken en doen of wat anderen van je verwachten.
- Vertrouwen op eigen inspanningen en mogelijkheden om iets voor elkaar te krijgen. Dit betekent niet natuurlijk dat daarbij niet de hulp van anderen gevraagd kan worden. Soms is het heel adequaat zelfs om dat juist wel te doen.

Het is onze ervaring dat bij het leren in het dagelijks leven de grootste investering van ondersteuners gevraagd wordt. Onze bevindingen laten zien dat – mits zij op de juiste wijze en intensief worden ondersteund - mensen met een verstandelijke beperking heel goed kunnen leren denken. Dit vraagt echter van de ondersteuner dat hij leert om mensen ruimte te geven om te oefenen en dus ook om fouten te maken en daarvan te leren. Het vraagt ook van de ondersteuner dat hij inzicht heeft in waar hij de grenzen moet stellen om te voorkomen dat mensen verdwalen in de probeerruimte die ze krijgen. Als de ondersteuner echter leert en steeds weer stimuleert – als dat nodig is – zelf na te denken, dan zal de reactie van mensen uiteindelijk niet meer zijn ‘Help, ik kan het niet! Waar is mijn begeleider’, maar ‘Stop, ik denk na’ en ‘Het is MIJ gelukt omdat ik heb nagedacht’.

Publicatie: "Eigen Initiatief Model: theorie en toepassing"

Prijs: € 10,-
ISBN: 90-99292-02-0



Het Landelijk KennisNetwerk Gehandicaptenzorg (LKNG) / NIZW heeft het boekje 'Eigen Initiatief Model: theorie en toepassing' uitgegeven. Johan Timmer, Karin Dekker en Hans Voortman leggen aan de hand van vele praktijkvoorbeelden uit wat de inhoud is van het model en geven handreikingen voor toepassing in de praktijk. Het boekje is geschreven voor professionele begeleiders, maar kan ook voor ouders een inspiratiebron zijn. Deze publicatie is te bestellen door € 10,- over te maken op girorekening 537358, t.n.v. Molendrift en o.v.v. “boekje Eigen Initiatief Model + naam en adres voor verzending”.