

## Een verhaal uit de praktijk

Tijdens een gesprek op het consultatiebureau signaleert een GGD-verpleegkundige zorgen bij een jonge moeder (20) rondom de opvoeding van haar zoon (3). Er blijken ook problemen te zijn met het betalen van de huur, waardoor ontruiming van de woning dreigt. Daarnaast hebben de bureaus van mevrouw geklaagd over stankoverlast. Met toestemming van de moeder organiseert de verpleegkundige een 'keukentafelgesprek' met het maatschappelijk werk.

Icare Thuisbegeleiding wordt naar aanleiding van het keukentafelgesprek ingeschakeld om de moeder te ondersteunen in de opvoeding van haar zoon, het structureren van woon- en leefomstandigheden, het op orde brengen van de administratie en het vinden van een passende dagbesteding. De betrokken partijen komen eens in de drie tot zes maanden bijeen om voortgang in de situatie van de moeder te bespreken.

In het eerste begeleidingscontact tussen de thuisbegeleider van Icare en de moeder wordt ruim tijd uitgetrokken voor een goede kennismaking. In een volgend contact vraagt de thuisbegeleider van Icare aan de moeder welke acties zij wil ondernemen om op de verschillende domeinen orde op zaken te stellen. Ze overleggen hoe de moeder dat aan zou kunnen pakken en welke rol haar netwerk hierin kan spelen. Samen stellen ze een begeleidingplan op voor de domeinen waarop de moeder graag ondersteuning wil. Bij elk begeleidingscontact besteedt de thuisbegeleider aandacht aan moeilijkheden, weerstanden en gevoelens die de moeder tegenkomt. Geboekte successen worden positief bekrachtigd, zodat de moeder ziet waar haar mogelijkheden liggen, hoe ze oude ingesleten patronen kan loslaten en nieuwe patronen kan aanleren. Na een aantal maanden is het haar gelukt om achterstanden in het huishouden weg te werken, heeft zij alle papieren uitgezocht, lukt het haar om haar zoon beter te bereiken en heeft ze zelf actie ondernomen om een studie te gaan volgen. De studie geeft haar zelfvertrouwen voor de toekomst. Ze (her)ontdekt haar eigen mogelijkheden en ervaart dat ze weer regie over haar leven krijgt. Dit is het moment dat thuisbegeleiding de begeleiding overdraagt aan de jonge moeders van de vrijwilligersorganisatie Homestart. Zij kunnen de moeder laten reflecteren op haar gedrag, zodat ze de ingezette verandering vast blijft houden. Het Centrum Jeugd en Gezin wordt hierover geïnformeerd, zodat ook het CJG op de hoogte is van de behaalde resultaten en de moeder hier verder bij kan ondersteunen.

## Meer informatie

Wilt u meer informatie over Icare Thuisbegeleiding in uw gemeente? Neem contact op met Icare Zorgcentrale: 0900 88 33 (€0,10 p/m).

### Icare

Blankenstein 400  
Postbus 900  
7940 KE Meppel  
[www.icare.nl](http://www.icare.nl)

**0900 88 33**

(24 uur per dag / 0,10 cent per minuut)

thuisbegeleiding

icare



# Thuisbegeleiding van Icare

Eigen regie door eigen kracht



# Thuisbegeleiding van Icare

## Eigen regie door eigen kracht

**Thuisbegeleiding van Icare biedt ondersteuning aan mensen die dat nodig hebben om de verloren regie over hun leven weer terug te krijgen en te behouden. Icare wil de eigen kracht van mensen versterken, want alleen dan blijft de regie bij de mensen zelf. In deze folder leest u meer over de werkwijze van Icare Thuisbegeleiding.**

Iedereen heeft wel eens periodes dat het wat minder gaat. Maar soms dreigt de situatie écht uit de hand te lopen. Thuisbegeleiders van Icare kunnen dan hulp en ondersteuning bieden om de balans weer terug te vinden.



## Hoe werkt Icare Thuisbegeleiding?

De begeleiders komen thuis bij mensen met een hulp- of ondersteuningsvraag. De thuisbegeleider staat altijd 'naast' de hulpvrager, samen brengen zij de situatie in kaart en stellen een begeleidingsplan op. De thuisbegeleiders werken samen met andere betrokken organisaties in de gemeente zoals het sociaal wijkteam, het Centrum voor Jeugd en Gezin, maatschappelijk werk en sociale instanties. De hulpvrager houdt zelf de regie. Bij het opstellen van een begeleidingsplan vraagt de begeleider dan ook altijd wat de hulpvrager belangrijk vindt. Waaraan wil iemand werken en wat ligt binnen zijn of haar mogelijkheden? Ook benadrukt de thuisbegeleider wat er allemaal al wél goed gaat. Daardoor ervaart de hulpvrager de eigen kracht en dat motiveert om zelf naar oplossingen te zoeken om de problemen aan te pakken.

### Thuisbegeleiders van Icare bieden bijvoorbeeld ondersteuning bij:

- verstandelijke beperking
- psychische beperking
- niet aangeboren hersenletsel
- CVA
- dementie (m.b.v. videohometraining)
- opvoeding van kinderen
- postnatale depressie
- trauma (o.a. bij vluchtelingen)
- verslaving

## Domeinen in het begeleidingsplan

Het begeleidingsplan dat de hulpvrager samen met de Icare thuisbegeleider en andere betrokkenen opstelt, is gericht op verschillende domeinen (zie tabel). Ook hier houdt de hulpvrager zelf de regie, want het uitgangspunt in de begeleiding is de manier waarop de hulpvrager zijn of haar leven vorm wil geven. Passend bij de wens en behoefte van de hulpvrager, worden er praktische vaardigheden geoefend op relevante domeinen. Bijvoorbeeld vaardigheden die komen kijken bij het organiseren van het huishouden, de opvoeding, of het bijhouden van de financiële administratie.

### Domeinen

1. Woon- en leefomstandigheden
2. Financiële huishouding
3. Participatie, dagbesteding en vrije tijd
4. Sociaal welbevinden
5. Psychisch welbevinden en autonomie
6. Lichamelijk welbevinden en gezondheid
7. Gezinsrelaties
8. Juridische maatregelen en justitie
9. Waarden en levensovertuigingen

## Veranderproces

De thuisbegeleiders van Icare bieden ondersteuning in het gehele veranderproces van de hulpvrager. Dit betekent praktische ondersteuning bij noodzakelijke acties, maar ook begeleiding in het totale verandertraject. Want om van de huidige situatie naar de gewenste situatie te komen en om die verandering blijvend te maken, is meer nodig dan het uitvoeren van praktische acties. Thuisbegeleiders besteden aandacht aan voorbeeldgedrag en het eigen maken van nieuw gedrag in de gewenste situatie. Videohometraining is een evidence-based methodiek die hierbij ingezet kan worden. Thuisbegeleiders van Icare zijn zich bewust van de fases die iemand moet doorlopen om tot een blijvende gewenste situatie te komen. Het (h)erkennen van deze fases speelt een belangrijke rol in de ondersteuning. Aandacht hiervoor draagt ook bij aan het vermogen van de hulpvrager om zelf oplossingen te vinden voor problemen. Gedurende het veranderproces wordt altijd de eigen kracht van mensen aangesproken.