

Mei 2013

---

# HANDBOEK

## COACHING



Kamers met Kansen Ede



“The greatest good you can do for another is not just to share your riches but to  
reveal to him his own”

- Benjamin Disraeli



Dit handboek is geschreven ten behoeve van de studenten die de jongeren bij Kamers met Kansen Ede gaan coachen en ondersteunen richting zelfstandigheid en zelfredzaamheid. Wij, twee vierdejaars studenten Maatschappelijk Werk en Dienstverlening van de Christelijke Hogeschool Ede, hebben onderzoek gedaan bij verschillende Kamers met Kansen projecten in Nederland. We hebben hierdoor een goed beeld gekregen van hoe jongeren gecoacht kunnen worden. We hebben literatuuronderzoek gedaan, verschillende werkdocumenten onderzocht en interviews afgenomen. Vanuit de resultaten van dit onderzoek hebben wij dit handboek geschreven.

We hopen dat dit handboek de studenten die betrokken zullen raken bij Kamers met Kansen Ede zal ondersteunen in de coaching aan de jongeren. Daarnaast hopen wij uiteraard dat uiteindelijk de jongeren zelf ermee geholpen zijn. Dat de manier van werken, zoals in dit handboek beschreven staat zal bijdragen aan het proces waarin de jongeren zich bevinden. Dit met als uiteindelijke doel dat de jongeren zelfstandig en zelfredzaam in de maatschappij kunnen staan.

**Griëtte Dijkstra en Chris van der Slikke**

Mei 2013

|                                                |           |
|------------------------------------------------|-----------|
| <b>Voorwoord.....</b>                          | <b>4</b>  |
| <b>Inleiding.....</b>                          | <b>7</b>  |
| <b>1 Kamers met kansen in vogelvlucht.....</b> | <b>8</b>  |
| Kamer met Kansen Nederland .....               | 8         |
| Kamers met Kansen Ede .....                    | 8         |
| Doelgroep .....                                | 8         |
| Doelstelling.....                              | 9         |
| <b>2 De jongeren .....</b>                     | <b>10</b> |
| Algemeen.....                                  | 10        |
| Ontwikkelingstaken .....                       | 10        |
| Competenties en vaardigheden .....             | 10        |
| <b>3 Jij als coach .....</b>                   | <b>11</b> |
| Houding .....                                  | 11        |
| Vaardigheden .....                             | 11        |
| Zelfreflectie .....                            | 11        |
| Samenwerking.....                              | 12        |
| <b>4 Werkwijze .....</b>                       | <b>13</b> |
| Coaching .....                                 | 13        |
| Oplossingsgerichte coaching .....              | 13        |
| Fases .....                                    | 14        |
| Het begeleidingsplan.....                      | 14        |
| Doelen opstellen .....                         | 15        |
| Evaluatie .....                                | 15        |
| Leefgebieden .....                             | 15        |
| Financiën .....                                | 16        |
| Netwerk.....                                   | 16        |
| Doorverwijzen .....                            | 16        |
| <b>5 Verdieping .....</b>                      | <b>17</b> |
| Literatuur .....                               | 17        |
| Websites .....                                 | 17        |
| <b>6 Literatuurlijst .....</b>                 | <b>18</b> |

|                                                      |           |
|------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Bijlage 1 - Actielijst .....</b>                  | <b>19</b> |
| <b>Bijlage 2 - Persoonlijk Begeleidingsplan.....</b> | <b>20</b> |
| <b>Bijlage 3 - Leefgebieden.....</b>                 | <b>32</b> |
| <b>Bijlage 4 - Zelfredzaamheid-Matrix.....</b>       | <b>36</b> |

Voor je ligt het handboek *Coachen van jongeren richting zelfstandigheid*. Dit handboek is geschreven voor jou als student om de jongeren, wonend bij Kamers met Kansen Ede, te ondersteunen en coachen richting zelfstandig. Het doel van dit handboek is om de jou toe te rusten in het begeleiden van deze jongeren richting zelfstandigheid. Dit handboek is niet bedoeld om een vast kader te bieden waar strak langs gewerkt dient te worden. Het is een hulpmiddel en biedt ondersteuning voor jou, tijdens de begeleiding die je de jongeren biedt.

Er wordt veel van jou als coach verwacht. Je gaat al vanaf het begin zelfstandig te werk. We raden je dan ook aan om dit handboek goed door te lezen, zodat je op een adequate manier te werk kunt gaan bij Kamers met Kansen Ede.

In dit handboek wordt eerst inhoudelijk ingegaan op het project Kamers met Kansen. Daarna wordt er stil gestaan bij de doelgroep en wat daarin van belang is om te weten. In het vierde hoofdstuk kun je lezen welke houding jij als coach ten opzichte van de jongeren aan moet nemen. Ook wordt de samenwerking met collega's in dit hoofdstuk beschreven. In het laatste hoofdstuk wordt beschreven hoe de begeleiding en coaching vorm gaat krijgen en welke basisprincipes daarbij van belang zijn. Ook wordt in dit hoofdstuk het begeleidingsplan uitgelegd, die jij samen met de jongere opstelt.

## 1 Kamers met kansen in vogelvlucht

---

### Kamer met Kansen Nederland

Kamers met Kansen Nederland is een stichting die projecten door het hele land heeft. De stichting is in 2008 opgericht. Kamers met Kansen Nederland start zelf geen projecten op. Binnen één gemeente stellen betrokkene partijen uit verschillende branches zelf Kamers met Kansen projecten op. Kamers met Kansen Nederland ondersteunt hierbij. Bij de projecten wordt er gericht op jongeren die nog niet zelfstandig kunnen wonen maar daar wel aan willen werken. De woningen waarin deze jongeren wonen worden ook wel foyers genoemd. Deze foyers richten zich op jongeren van 18 – 25 jaar met lichte tot matige problematiek op verschillende gebieden. Kamers met Kansen biedt ze een tijdelijke woonplek waar ze zichzelf kunnen ontwikkelen, nieuwe dingen kunnen leren en waar ze kunnen werken aan hun toekomst. Hierin wordt er gefocust op vier kernthema's: Wonen, Leren, Werken en Coachen. Kamers met Kansen biedt een tijdelijke begeleide woon-, werk- en leeromgeving. Hierbij sluit het aan op de aanpak voor jeugdwerkloosheid, aanval op schooluitval, jongerenparticipatie en preventief Jeugdbeleid. Andere criteria die belangrijk zijn voor de begeleiding zijn dat:

- de hulp zo veel mogelijk in de eigen omgeving wordt geboden.
- niet het probleem centraal staat maar het gezamenlijk vinden van oplossingen
- er een sterke inzet is op het voorkomen (preventie) en vroegtijdige hulp door lichte ondersteuning. (Lam, 2013)

### Kamers met Kansen Ede

In Ede zullen vier geschakelde units op de begane grond van een studentenflat gebruikt worden om de jongeren samen met een aantal kernbewoners in te huisvesten. Elke unit bestaat uit vijf slaapkamers. Er is een gemeenschappelijke woonkamer, keuken, badkamer, toilet en berging. Waar in andere Kamers met Kansen projecten wordt gewerkt met professionals die de jongeren begeleiden, zal dit in Ede anders zijn. In Ede zal er gewerkt worden met studenten van de CHE onder begeleiding en supervisie van één beroepskracht vanuit Welstede. Er zijn twee functies die een student kan hebben, de functie van kernbewoner en de functie van coach. Een kernbewoner woont met vier á vijf doelgroep jongeren in een appartement. Deze student verzorgt hand- en spandiensten en is een eerste aanspreekpunt voor de jongeren. Het gaat hier om een 3e of 4e jaars student, ongeacht van welke opleiding.

De coach is een 3<sup>e</sup> of 4<sup>e</sup> jaars student Sociaal Pedagogische Hulpverlening (SPH) of Maatschappelijk Werk en Dienstverlening (MWD) en zal vanuit een leerwerkteam van een aantal medestudenten, langere tijd woonbegeleiding geven. Ze coachen de jongeren naar zinvolle dagbesteding, leren omgaan met financiën, uitbreiding van het netwerk, etc. Hierbij ondersteunen zij de jongeren bij het opstellen van een persoonlijk ontwikkelingsplan of actieplan. Daarbij wordt er gekeken naar de belangrijkste leefgebieden om vervolgens doormiddel van coaching de doelen te realiseren. Iedere jongere zal per week ongeveer drie uur individuele coaching ontvangen. (Lam, 2013)

### Doelgroep

In de Foyer in Ede kunnen vijftien jongeren wonen (samen met vijf kernbewoners). Bij de start van het project bestaat de doelgroep uit 18-25 jarige jongeren die:

- normaalbegaafd zijn
- op ten minste twee leefgebieden (domeinen) van de zelfredzaamheidsmatrix (2013) beperkte zelfredzaamheid kennen zoals sociaal netwerk, maatschappelijke participatie, dagbesteding of financiën.

- geen ernstige psychiatrische c.q. verslavingsproblematiek kennen. Op domein geestelijke gezondheid en verslaving van de zelfredzaamheidsmatrix scoort de jongeren ten minste voldoende zelfredzaam.
- in eerste instantie afkomstig zijn uit de gemeente Ede.
- zeer gemotiveerd zijn om aan hun toekomst te werken
- vrijwillig deelnemen
- geen justitiële maatregel hebben of strafblad
- het half jaar voorafgaand aan de aanmelding niet zodanig in aanraking zijn geweest met politie dat een strafblad te verwachten is. (Lam, 2013)

### *Doelstelling*

Het zodanig vergroten van de zelfredzaamheid van 18-25 jarige jongeren dat ze na maximaal twee jaar woonbegeleiding en coaching binnen de Kamers met Kansenfoyer, zelfstandig kunnen wonen en in hun eigen levensonderhoud kunnen voorzien. De begeleiding richt zich nadrukkelijk op het behalen van een startkwalificatie of het vinden van regulier werk. (Lam, 2013)

### Algemeen

De jongeren zijn een groep van jongvolwassenen die het alleen niet redden. Elke jongere is weer anders en als coach dien jij jouw ondersteuning en houding op de jongere aan te passen. Als coach ben jij het steuntje in de rug voor hen. Als coach sta je stil waar zij behoefte aan hebben, waar zij tegen aanlopen en waar zij mee geholpen zijn.

### Ontwikkelingstaken

Jongeren in deze fase van hun leven hebben ontwikkelingstaken te vervullen. Dit is belangrijk voor een goed verloop van de verdere ontwikkeling. Wanneer de taken volbracht worden, zal de opgroeiende jongere tevreden over zichzelf zijn en zal hij een positieve response uit de omgeving krijgen. Dit zorgt er voor dat latere taken met meer succes voldaan kunnen worden.

De ontwikkelingstaken zijn:

- Vormgeven aan veranderende relaties binnen het gezin.
- Zorg dragen voor de gezondheid en het uiterlijk.
- Zinvol invullen van vrije tijd.
- Vormgeven aan intimiteit en seksualiteit.
- Participeren in onderwijs en werk.
- Vriendschappen en sociale contacten onderhouden.
- Omgaan met autoriteit en instanties.
- Creëren en onderhouden van eigen woon- en leefsituatie. (*Spanjaard, 2003*)

Het is goed dat jij als coach deze taken kent. Je hoeft deze taken niet expliciet naar de jongere toe te benoemen. Wel is het goed om de onderwerpen die bij de taken horen te bespreken met de jongere. Samen sta je stil bij de ontwikkeling van de jongere met betrekking tot de ontwikkelingstaken. Deze taken kan je ook verbinden aan de leefgebieden die later in dit handboek voorbij komen.

### Competenties en vaardigheden

Tijdens de begeleiding probeer je als de coach de zelfredzaamheid van de jongere te vergroten. Jongeren dienen daarin taken uit te voeren waardoor ze vaardigheden aanleren. Deze taken bevatten alledaagse dingen van het leven. Wanneer deze taken adequaat worden uitgevoerd beheerst de jongere een bepaalde competentie. Als coach is het goed om op de volgende dingen te letten wanneer een jongere aan het werk gaat om een competentie te vergroten:

- De taken moeten uitdagend genoeg zijn.
- De taken moeten niet te moeilijk zijn.
- Stressfactoren, die een negatieve invloed hebben op de uitvoering, moeten worden verminderd.
- Factoren die een positieve invloed hebben op de uitvoering, moeten vergroot worden.
- Het verminderen van psychische problemen.

### Houding

Als coach heb je een positieve houding naar de jongeren toe die jij begeleidt. Dit betekent dat jij in ze gelooft en dat je vertrouwen in ze hebt. Dit straalt je ook uit naar de jongere. Je gaat uit van de kracht van de jongere. Zoals eerder beschreven beschikt de jongere zelf al over oplossingen. Deze oplossingen moeten alleen nog beschikbaar en zichtbaar worden gemaakt. Je stelt jezelf naast de jongere op. De relatie die jij met de jongere hebt is gelijkwaardig. Echter, wanneer een jongere zich bijvoorbeeld niet aan de afspraken of huisregels houdt moet jij als coach hier wat van zeggen. Je stelt je dus wel gelijkwaardig op maar je bent geen vriendjes met ze. Wanneer je te veel vriendjes met ze wordt kan je ze ook niet meer terecht wijzen wanneer dat nodig is. Jongeren gaan je dan ook als vriendjes zien en niet meer als een coach.

Je zet de jongere centraal in het contact. Het gaat er niet om wat jij vindt of denkt maar om wat de jongere wil. Jij neemt als coach dan ook niet de verantwoordelijkheid, die leg je bij de jongere zelf. Je bent betrokken en toegankelijk in het contact met de jongere. Daarnaast ga je onbevooroordeeld de jongere tegemoet. Jouw eisen en jouw perspectief moet je loslaten. Je bent open en eerlijk naar de jongere toe. Je draait als coach nergens om heen maar zegt waar het op staat.

### Vaardigheden

In het contact met de jongere dien je als coach bepaalde vaardigheden in te zetten. Het is belangrijk om goed te luisteren naar de jongere. Jongeren hebben vaak behoefte om hun verhaal kwijt te kunnen. Door vragen te stellen leer je als coach de situatie van de jongere steeds beter kennen. Ook is het goed om een jongere soms te confronteren. Sommige jongeren hebben af en toe een schop onder hun kont nodig. Door complimenten te geven straalt je als coach de positieve houding naar de jongere uit en wordt de eigenwaarde van een jongere, de samenwerking en het vertrouwen gestimuleerd. Ook wordt op deze manier de aandacht van het probleem naar de oplossing verlegd.

#### Casus

*Het is drie maanden geleden na dat Peter zijn persoonlijk begeleidingsplan heeft opgesteld. Peter heeft op vijf verschillende leefgebieden doelen opgesteld waar hij aan wil werken. Vandaag is de evaluatie en Peter en zijn coach staan stil bij het begeleidingsplan en de voortgang. Het viel Peter erg tegen om aan de slag te gaan en hij heeft nog geen één doel behaald. Peter heeft het gevoel dat hij het niet kan en dat het allemaal te moeilijk voor hem is. Wel heeft hij aan bepaalde acties hard geprobeerd te werken. De coach complimenteert Peter omdat hij al verschillende acties heeft weten uit te voeren. De coach besluit om in het gesprek niet te kijken waarom bepaalde dingen nog niet zijn gelukt maar kijkt juist hoe het komt dat andere dingen wel gelukt zijn. Peter ziet dat het toch beter is gegaan dan hij in eerste instantie dacht. Hij krijgt weer het gevoel terug dat hij het wel kan.*

### Zelfreflectie

Als coach heb je de vrijheid om in het werk zelf aan de slag te gaan. Dit handboek biedt een bepaalde richting, maar daarnaast moet je jouw manier van coachen zelf invullen en aanvoelen. Het werk wat je gaat doen bij Kamers met Kansen Ede wordt normaal gesproken door beroepskrachten gedaan. Zij hebben vaak jarenlang ervaring in het begeleiden en coachen van jongeren. Jij kunt nog niet op deze ervaring bouwen. Dit maakt het werk voor jou alleen maar uitdagender. Wel willen we benadrukken dat het daarom van groot belang is dat je goed op jezelf blijft reflecteren. Reflecteren helpt je om beter te weten hoe je handelt en waarom je op een bepaalde manier handelt. Het helpt

je om te zien waar je tegenaan loopt en waarom je hier tegenaan loopt in het werk dat je doet.

### **Samenwerking**

Ook de samenwerking met het leerwerkteam is van groot belang. Als coaches moet je elkaar ondersteunen en helpen. Het is belangrijk om regelmatig met elkaar te overleggen om dingen door te spreken. Je staat daarin open voor de begeleiding van je collega's, de projectcoördinator en docenten. Andere collega's hebben misschien weer andere ideeën en tips die jou verder kunnen helpen. Iedereen heeft zo zijn eigen aanpak en door vaak met elkaar te overleggen kan je wat van de aanpak van de ander leren. Intervisie in het leerwerkteam is dan ook van groot belang. Bedenk dat je als collega's veel van elkaar kunt leren.

Soms kom je knelpunten tegen in de begeleiding van een jongere waar je niet meer uit komt. Het kan dan zelfs zo zijn dat je er samen met collega's voor kiest dat een andere collega deze jongere gaat begeleiden en coachen. Je moet daarin als coach durven erkennen dat het misschien beter is dat iemand anders een bepaalde jongere gaat begeleiden. Dit betekent niet dat jij het niet goed doet. Het kan zijn dat jouw aanpak bij een bepaalde jongere niet werkt.

### Coaching

De jongeren krijgen in de begeleiding een coach toegewezen. Dit betekent dus dat jij niet aan het hulpverlenen bent maar aan het coachen. In de begeleiding sta jij naast de jongere. De jongere zelf staat centraal in het proces. De jongere is verantwoordelijk en hij moet die verantwoordelijkheid ook nemen en kunnen nemen. Jongeren mogen fouten maken. Als coach ga je uit van de kracht bij de jongere. Je kijkt niet naar wat de jongere niet kan maar naar de mogelijkheden. De jongere wordt met zijn eigen gedrag geconfronteerd en hij wordt aangespoord om met nieuw, door hem zelf gewenst gedrag te experimenteren. Het gaat erom dat hij daarbij zijn eigen manier van leren ontdekt. De ondersteuning is gericht op de behoefte van de jongere. Het gaat er dus niet om wat jij als coach belangrijk vindt maar wat de jongere vindt. De jongere moet zelf nadenken en zelf beslissingen nemen. Je ondersteunt hier als coach wel bij.

We willen je er op attenderen dat dit handboek zich richt op de individuele coaching. Het is echter wel van belang om ook de groepsdynamische processen in de begeleiding mee te nemen.

### Oplossingsgerichte coaching

Al eerder staat beschreven dat een van de criteria in de begeleiding is dat niet het probleem centraal staat maar het gezamenlijk vinden van oplossingen. Oplossingsgerichte coaching is een coachingsmethodiek die hier op aansluit. Deze methodiek gaat uit van een jongere die zelf al over oplossingen beschikt. De oplossing moet alleen nog zichtbaar en beschikbaar worden gemaakt. Bij oplossingsgerichte coaching wordt er gebruik gemaakt van wat jongeren zelf in de relatie inbrengen. Oplossingsgerichte coaching heeft drie belangrijke regels:

- *Wanneer er geen probleem is laat het zo*  
Wanneer het gedrag van de jongere niet tot een probleem leidt ga je daar als coach ook geen probleem van maken. Het is niet effectief wanneer je als coach de jongere probeert te overtuigen van een potentieel probleem.
- *Wanneer iets werkt, doe daar meer van*  
Als tweede regels is het belangrijk wanneer iets werkt, daar ook meer van te doen. Als een jongere bijvoorbeeld iets doet wat effect heeft moet er voor gezorgd worden dat die jongere dit vaker gaat doen.
- *Wanneer iets niet werkt, ga dan iets ander doen*  
Wanneer dingen geen effect hebben, heeft het ook geen zin om daar mee door te gaan. (Berg & Szabo, 2006)

Oplossingsgericht coaching gaat verder dan wat hier beschreven staat. Er zal in de begeleiding niet via een standaard coachingsmethodiek gewerkt worden maar je kunt wel principes van deze methodiek meenemen in de begeleiding. Het is dan ook aan te raden om je als coach te verdiepen in oplossingsgericht coaching. We verwijzen je daarom door naar de literatuurlijst in dit boek.

## Fases

De begeleiding is opgedeeld in drie fases:

- Eerste fase:**
- Kennis maken met de jongere
  - Vertrouwens- en werkrelatie opbouwen
  - Werken aan actielijst (zie bijlage 1)
  - Vraag van jongere analyseren
  - Deze fase duurt drie maanden. Aan het einde van deze fase wordt het begeleidingsplan opgesteld
- Tweede Fase:**
- De jongere gaat aan de slag met het begeleidingsplan.
  - Eindigt wanneer de jongere zijn einddoelen heeft behaald en kan uitstromen
- Derde Fase:**
- Praktisch op het uitstromen gericht

Het kan zijn dat je als coach in de eerste fase dingen nog moet voordoen of moet overnemen. Sommige jongeren pakken dingen sneller op dan anderen. Sommige jongeren zijn van zichzelf al zelfstandiger dan anderen. Het kan helpen om dingen voor te doen om zo te laten zien hoe het in zijn werk gaat. Het is belangrijk dat je hierin afstemt op de jongere. Dit doe je door na te gaan wat hij concreet kan en wat niet. Dit kun je doen door, door te vragen en altijd te checken of ze taken hebben uitgevoerd. Uiteindelijk moet een jongere het zelfstandig kunnen doen en hij leert dit het beste door taken zelf uit te voeren. Je moet dus als coach geen dingen oppakken die een jongere ook al zelf kan.

### Casus

*Wanneer Rachel bij Kamers met Kansen komt wonen zijn er bij de start veel dingen die opgepakt moeten worden. De coach van Rachel bespreekt samen met haar de actielijst en kijkt naar de punten die er nog gedaan moeten worden. Rachel heeft nog een aantal rekeningen die betaald moeten worden. Van een aantal bedrijven heeft ze al een aanmaning ontvangen. Dit betekent dat de kosten steeds hoger worden. Omdat Rachel de post nooit heeft bijgehouden weet ze niet goed hoeveel zij aan de verschillende bedrijven verschuldigd is. Samen met de coach spreekt Rachel af dat ze in de komende week naar deze bedrijven toe belt om dit vragen. Rachel stelt dit echter steeds maar uit. Ze vindt het spannend om te bellen omdat ze dat nog nooit eerder heeft gedaan en niet goed weet wat ze moet zeggen. In het volgende gesprek vraagt de coach aan Rachel of ze al gebeld heeft. Rachel vertelt dat ze dat nog niet heeft gedaan en de coach merkt aan haar dat ze dit spannend vindt. Hij besluit om samen met haar te gaan bellen. Eerst legt hij aan haar uit hoe ze zo'n gesprek voert en daarna doet hij het voor en belt hij zelf naar het bedrijf toe. Rachel luistert mee en hoort hoe de coach dit doet. Ze spreken af dat Rachel het volgende bedrijf belt waar de coach bij zal blijven zitten.*

## Het begeleidingsplan

Aan het einde van de eerste fase wordt er samen met de jongere een begeleidingsplan opgesteld. In bijlage 2 is dit plan bijgevoegd. Aan de hand van elf leefgebieden worden doelen opgesteld. Deze doelen worden in het plan uitgewerkt. Allereerst wordt per leefgebied lange termijn doelen opgeschreven. Daar vanuit worden korte termijn doelen ingevuld. Achter de korte termijn doelen worden de acties beschreven die een jongere gaat uitvoeren om aan het korte termijn doel te werken. Als laatste wordt de datum ingevuld waarop de korte termijndoelen en de acties behaald dienen te zijn.

Het begeleidingsplan wordt opgesteld door de jongere zelf. Als coach ondersteun je de jongere hierbij. In de eerste drie maanden maak je gebruik van een actielijst. In deze actielijst zijn standaard punten gegeven waar een jongere in de eerste drie maanden aan gaat werken. In deze actielijst staan concrete en snel behaalde doelen. Door samen met de jongere aan deze doelen te werken, helpt deze fase in het opbouwen van een band.

### **Doelen opstellen**

Bij het opstellen van een begeleidingsplan bepaald de jongere waaraan hij wil werken. Het moet zowel voor de jongere als voor de coach duidelijk zijn welk resultaat er bereikt dient te worden. Daar vanuit stelt de jongere zijn doelen op. Het is belangrijk dat dit concrete doelen zijn en dat de doelen SMART worden geformuleerd. Wanneer een jongere dit lastig vindt, help jij als coach hierbij. Er worden allereerst einddoelen opgesteld. Dit zijn doelen die aan het einde van het traject door de jongere gehaald dienen te zijn. Vanuit deze einddoelen worden subdoelen geformuleerd. Op die manier wordt er in kleine stapjes naar het einddoel gewerkt. Voor welke tijd een subdoel behaald moet worden, wordt door de jongere samen met de coach bepaald. Dit wordt ook genoteerd in het begeleidingsplan. Het kan zijn dat de doelen halverwege gewijzigd moeten worden. Bij het opstellen van de doelen staan de wensen en de mogelijkheden van de jongere centraal. In de begeleidingsgesprekken wordt de voortgang van de doelen besproken.

### **Evaluatie**

Om de drie maanden wordt het begeleidingsplan geëvalueerd. Het begeleidingsplan wordt er bij gepakt. Er wordt gekeken welke doelen er behaald zijn, welke niet en waarom ze niet behaald zijn. Er wordt dan stil gestaan bij de effecten, inspanningen, resultaten en leerpunten bij de jongere. Daaruit kan een jongere weer motivatie uithalen voor nieuwe doelen. Nieuwe doelen worden in het zelfde begeleidingsplan geformuleerd en behaalde doelen worden afgestreept. Gedurende het gehele proces wordt er met één begeleidingsplan gewerkt. Een jongere kan dus altijd zien welke doelen hij al behaald heeft. Ook dit werkt motiverend voor een jongere.

### **Leefgebieden**

Elf leefgebieden staan centraal in de begeleiding en zijn vermeld in het begeleidingsplan. De volgende leefgebieden staan hierin centraal:

- |                           |                                                |
|---------------------------|------------------------------------------------|
| 1. Financiën              | 7. Verslaving                                  |
| 2. Dagbesteding           | 8. Activiteiten van het dagelijkse leven (ADL) |
| 3. Huisvesting            | 9. Sociaal Netwerk                             |
| 4. Huiselijke relaties    | 10. Maatschappelijk participatie               |
| 5. Geestelijke gezondheid | 11. Justitie                                   |
| 6. Fysieke gezondheid     |                                                |

Verdere uitleg over deze leefgebieden is te vinden in bijlage 3. Aan de hand van de leefgebieden worden doelen opgesteld. Voordat deze doelen worden opgesteld, wordt eerst de schaalmeting ingevuld. De jongere omcirkelt een cijfer in hoeverre hij zelfredzaam is met betrekking tot het leefgebied. De leefgebieden en de schaalmeting komen voort uit de zelfredzaamheidmatrix. De zelfredzaamheidmatrix is een instrument om de zelfredzaamheid van de jongere te kunnen meten. In bijlage 4 vind je deze matrix en deze bijlage kan als ondersteuning dienen voor jou als coach tijdens het begeleiden op leefgebieden en bij het invullen door de jongere van de schaalmeting. In de evaluatie wordt er opnieuw stil gestaan bij de schaalmeting. Zo kan een jongere weer opnieuw een cijfer omcirkelen wanneer hij vooruit of achteruit is gegaan.

## Financiën

Een kenmerk van deze doelgroep is dat ze vaak financiële problemen hebben. Zo kunnen jongeren schulden en weinig inkomen hebben of weten ze niet hoe ze met geld om moeten gaan. Als coach moet je hier aan het begin meteen naar kijken. Dit doe je samen met de jongeren. Het kan ook zijn dat het beter is om taken, die bij het beheren van financiën horen, over te nemen en zelf op te pakken. Wanneer een jongere zijn financiën niet op orde heeft kan dit grote gevolgen hebben. Uiteindelijk moet hij leren het zelf te gaan doen. Financiën is een gebied wat je als coach gedurende het gehele proces in de gaten houdt. Samen met de jongere naar zijn uitgaven en inkomsten kijken kan een vast onderdeel worden in de gesprekken.

## Netwerk

Samen met de jongere kijk je als coach naar positieve krachten uit de omgeving. Je stuurt als coach aan op de betrokkenheid van de omgeving en je verbindt de jongere met zijn netwerk. Het netwerk van de jongere kan worden verstevigd of nieuwe contacten worden aangegaan. Jongeren krijgen weer controle over hun problemen wanneer zij, al dan niet met ondersteuning zelf aan een oplossing werken. Met het netwerk wordt niet alleen het gezin of familie bedoeld. Het kan namelijk voorkomen dat een jongere uit een onstabiele omgeving komt die geen hulp kunnen bieden of dat een jongere niemand heeft waar hij steun van kan verwachten. Het is dan goed om samen met de jongere verder te kijken. Wees creatief en bedenk met de jongere hoe hij opzoek kan gaan naar sociale contacten. Een sportclub, klasgenoten of jongeren uit de foyer kunnen op een positieve manier het netwerk van een jongere bevorderen

## Doorverwijzen

Het kan voorkomen dat een jongere problemen heeft wat niet binnen de begeleiding past. Als coach moet je steeds het volgende bij jezelf afvragen: Pas deze hulpvraag binnen de begeleiding en kan ik als coach deze jongere met deze hulpvraag ondersteunen? Zo ja, dan wordt dit opgenomen in het begeleidingplan. Zo nee, trek je als coach aan de bel en moet de jongere doorverwezen worden. Jongeren kunnen dan hoogst waarschijnlijk het traject bij Kamers met Kansen voortzetten maar volgen ook ergens anders een hulpverleningstraject. Als coach moet je dus goed kunnen signaleren. Op problemen die niet binnen de begeleiding passen moet je als coach snel reageren. Hier te lang mee doorlopen en denken dat je een jongere wel kan helpen is niet bevorderlijk voor de jongere. Omdat het erg moeilijk kan zijn om zelf aan te voelen of je een jongere moet doorverwijzen of niet is het van groot belang om dit te overleggen met collega's en dit te bespreken in intervisie. Als student hoef je deze keuze niet zelf te maken maar altijd bespreken en om hulp vragen aan collega's.

### Casus

*Robin kampt al een ruime tijd met slaapproblemen. Overdag is hij moe en daardoor kan hij zich op school niet goed concentreren. Zodra hij uit school thuis komt gaat hij meteen naar bed toe om zijn slaap van 's nachts in te halen. Daardoor heeft hij ook geen tijd voor zijn schoolwerk. De coach van Robin ziet dat Robin vaak een vermoeiende indruk maakt en via school hoort de coach dat Robin ook op school moe overkomt en weinig inzet toont. De coach gaat met Robin hierover in gesprek. In dat gesprek komt de coach erachter dat Robin nog met veel dingen uit het verleden zit. De coach besluit om Robin door te verwijzen naar een psycholoog. Eens in de twee weken gaat Robin bij de psycholoog langs om over zijn problemen te praten. De coach blijft Robin begeleiden op zijn andere hulpvragen, zoals die staan beschreven in het begeleidingsplan. Eens om de zoveel tijd heeft de coach, met toestemming van Robin, contact met de psycholoog.*

Hier volgt een lijst met literatuur en websites. We geven je het dringende advies om deze op te zoeken om je verder te verdiepen in het coachen van jongeren bij Kamers met Kansen Ede.

### Literatuur

- |                                             |                                         |      |
|---------------------------------------------|-----------------------------------------|------|
| • <i>Leren Coachen.</i>                     | Auteur(s): M.Beek & I. Tijmes           | 2009 |
| • <i>Oplossingsgericht Coachen.</i>         | Auteur(s): I.K. Berg & P. Szabo         | 2006 |
| • <i>Motiverende gespreksvoering.</i>       | Auteur(s): S. Rollnick & W.R. Miller    | 2005 |
| • <i>Coachen van cliënten.</i>              | Auteur(s): S. Schutte & W. Limpt        | 2006 |
| • <i>Op eigen benen: onderzoeksverslag.</i> | Auteur(s): G. Dijkstra & C. v.d. Slikke | 2013 |

### Websites

- [www.werktgoed.nl/kennisbank/de-acht-stappendans-van-oplossingsgericht-coachen](http://www.werktgoed.nl/kennisbank/de-acht-stappendans-van-oplossingsgericht-coachen)
- [www.zelfredzaamheidmatrix.nl](http://www.zelfredzaamheidmatrix.nl)
- [www.invoeringwmo.nl/wmo/welzijn-nieuwe-stijl](http://www.invoeringwmo.nl/wmo/welzijn-nieuwe-stijl)
- [www.invoeringwmo.nl/wmo/acht-bakens-nieuwe-stijl](http://www.invoeringwmo.nl/wmo/acht-bakens-nieuwe-stijl)
- [www.kamersmetkansen.nl](http://www.kamersmetkansen.nl)

## 6 Literatuurlijst

---

- Beek, M. v., & Tijmes, I. (2005). *Leren Coachen*. Amsterdam: Nelissen.
- Berg, I. K., & Szabo, P. (2006). *Oplossingsgericht coachen*. Zaltbommel: Thema.
- Buist, B. (s.d.) *De acht stappendans van oplossingsgericht coachen*. Opgeroepen op februari 2013, van Werktgoed.nl - Kennisbank voor werknemer en P&O-er :  
<http://www.werktgoed.nl/kennisbank/de-acht-stappendans-van-oplossingsgericht-coachen>
- Davidse, C., & Melse, J. (2012). *Welzijn Nieuwe Stijl - Gevolgen voor de Professional*. Ede: CHE.
- GGD Amsterdam. (s.d.). *Zelfredzaamheid als uitkomst*. Opgeroepen op februari 19, 2013, van Zelfredzaamheid - matrix: <http://www.zelfredzaamheidmatrix.nl/Beschrijving.aspx>
- Lam, E. (2013). *Project plan Kamers met Kansen Ede*. Ede.
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. (sd). *Invoering WMO*. Opgeroepen op februari 2013, van Wet Maatschappelijke Ondersteuning: [www.invoeringwmo.nl](http://www.invoeringwmo.nl)
- Schutte, S., & Limpt, W. (2006). *Coachen van cliënten*. Denekamp: Transfer Advies, Coaching en Training.
- Slot, W. (2010). *Psychologie van de adolescentie*. Amersfoort: ThiemeMeulenhoff.
- Spanjaard, H. (2003). *De VertrekTraining*. Utrecht: NIZW Uitgeverij.

# Actielijst

Naam:

Geboortedatum:

Aanmeldingsdatum:

Naam coach:

- ☐ Adres wijzigen gemeente
- ☐ Adres wijzigen overige instanties
- ☐ Inschrijven als woningzoekende
- ☐ Agenda aanschaffen
- ☐ Email account aanmaken
- ☐ Omgeving leren kennen (postkantoor, politiebureau, supermarkt, school..etc.)
- ☐ Uitzet spullen verzamelen
- ☐ Dokter/tandarts regelen
- ☐ Map administratie aanschaffen
- ☐ Financiën in kaart brengen
- ☐ Internet bankieren aanvragen
- ☐ Bijbaan vinden
- ☐ DigiD code aanvragen
- ☐ OV-chipkaart aanvragen
- ☐ ...
- ☐ ...
- ☐ ...
- ☐ ...
- ☐ ...
- ☐ ...
- ☐ ...
- ☐ ...
- ☐ ...

# Persoonlijk begeleidingsplan

Kamers met kansen Ede

**Naam:** .....

**Geboortedatum:** .....

**Aanmeldingsdatum:**.....

**Naam coach:**.....

**Evaluatie data:**.....

|                      |        |                 |          |               |          |          |
|----------------------|--------|-----------------|----------|---------------|----------|----------|
| <b>1. Financiën</b>  |        | <b>1</b>        | <b>2</b> | <b>3</b>      | <b>4</b> | <b>5</b> |
| Lange termijn doelen |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| Korte termijn doelen | Acties | Datum opgesteld |          | Datum behaald |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |

Voor akkoord getekend

Bewoner:  
(Handtekening)

Coach:  
(Handtekening)

|                        |        |                 |          |               |          |          |
|------------------------|--------|-----------------|----------|---------------|----------|----------|
| <b>2. Dagbesteding</b> |        | <b>1</b>        | <b>2</b> | <b>3</b>      | <b>4</b> | <b>5</b> |
| Lange termijn doelen   |        |                 |          |               |          |          |
| >                      |        |                 |          |               |          |          |
| >                      |        |                 |          |               |          |          |
| >                      |        |                 |          |               |          |          |
| >                      |        |                 |          |               |          |          |
| >                      |        |                 |          |               |          |          |
| >                      |        |                 |          |               |          |          |
| Korte termijn doelen   | Acties | Datum opgesteld |          | Datum behaald |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |
|                        |        |                 |          |               |          |          |

Voor akkoord getekend

Bewoner:  
(Handtekening)

Coach:  
(Handtekening)

|                       |        |                 |          |               |          |          |
|-----------------------|--------|-----------------|----------|---------------|----------|----------|
| <b>3. Huisvesting</b> |        | <b>1</b>        | <b>2</b> | <b>3</b>      | <b>4</b> | <b>5</b> |
| Lange termijn doelen  |        |                 |          |               |          |          |
| >                     |        |                 |          |               |          |          |
| >                     |        |                 |          |               |          |          |
| >                     |        |                 |          |               |          |          |
| >                     |        |                 |          |               |          |          |
| >                     |        |                 |          |               |          |          |
| >                     |        |                 |          |               |          |          |
| Korte termijn doelen  | Acties | Datum opgesteld |          | Datum behaald |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |
|                       |        |                 |          |               |          |          |

Voor akkoord getekend

Bewoner:  
(Handtekening)

Coach:  
(Handtekening)

|                               |        |                 |          |               |          |          |
|-------------------------------|--------|-----------------|----------|---------------|----------|----------|
| <b>4. Huiselijke relaties</b> |        | <b>1</b>        | <b>2</b> | <b>3</b>      | <b>4</b> | <b>5</b> |
| Lange termijn doelen          |        |                 |          |               |          |          |
| >                             |        |                 |          |               |          |          |
| >                             |        |                 |          |               |          |          |
| >                             |        |                 |          |               |          |          |
| >                             |        |                 |          |               |          |          |
| >                             |        |                 |          |               |          |          |
| >                             |        |                 |          |               |          |          |
| Korte termijn doelen          | Acties | Datum opgesteld |          | Datum behaald |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |
|                               |        |                 |          |               |          |          |

Voor akkoord getekend

Bewoner:  
(Handtekening)

Coach:  
(Handtekening)

|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|----------------------------------|--------|-----------------|----------|---------------|----------|----------|
| <b>5. Geestelijke gezondheid</b> |        | <b>1</b>        | <b>2</b> | <b>3</b>      | <b>4</b> | <b>5</b> |
| Lange termijn doelen             |        |                 |          |               |          |          |
| >                                |        |                 |          |               |          |          |
| >                                |        |                 |          |               |          |          |
| >                                |        |                 |          |               |          |          |
| >                                |        |                 |          |               |          |          |
| >                                |        |                 |          |               |          |          |
| >                                |        |                 |          |               |          |          |
| Korte termijn doelen             | Acties | Datum opgesteld |          | Datum behaald |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |
|                                  |        |                 |          |               |          |          |

Voor akkoord getekend

Bewoner:  
(Handtekening)

Coach:  
(Handtekening)

|                              |        |                 |          |               |          |          |
|------------------------------|--------|-----------------|----------|---------------|----------|----------|
| <b>6. Fysieke gezondheid</b> |        | <b>1</b>        | <b>2</b> | <b>3</b>      | <b>4</b> | <b>5</b> |
| Lange termijn doelen         |        |                 |          |               |          |          |
| >                            |        |                 |          |               |          |          |
| >                            |        |                 |          |               |          |          |
| >                            |        |                 |          |               |          |          |
| >                            |        |                 |          |               |          |          |
| >                            |        |                 |          |               |          |          |
| >                            |        |                 |          |               |          |          |
| Korte termijn doelen         | Acties | Datum opgesteld |          | Datum behaald |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |
|                              |        |                 |          |               |          |          |

Voor akkoord getekend

Bewoner:  
(Handtekening)

Coach:  
(Handtekening)

|                      |        |                 |          |               |          |          |
|----------------------|--------|-----------------|----------|---------------|----------|----------|
| <b>7. Verslaving</b> |        | <b>1</b>        | <b>2</b> | <b>3</b>      | <b>4</b> | <b>5</b> |
| Lange termijn doelen |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| Korte termijn doelen | Acties | Datum opgesteld |          | Datum behaald |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |

Voor akkoord getekend

Bewoner:  
(Handtekening)

Coach:  
(Handtekening)

|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|------------------------------------------------------|--------|-----------------|----------|---------------|----------|----------|
| <b>8. Activiteiten van het Dagelijks Leven (ADL)</b> |        | <b>1</b>        | <b>2</b> | <b>3</b>      | <b>4</b> | <b>5</b> |
| Lange termijn doelen                                 |        |                 |          |               |          |          |
| >                                                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                                                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                                                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                                                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                                                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                                                    |        |                 |          |               |          |          |
| Korte termijn doelen                                 | Acties | Datum opgesteld |          | Datum behaald |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |
|                                                      |        |                 |          |               |          |          |

Voor akkoord getekend

Bewoner:  
(Handtekening)

Coach:  
(Handtekening)

|                           |        |                 |          |               |          |          |
|---------------------------|--------|-----------------|----------|---------------|----------|----------|
| <b>9. Sociaal Netwerk</b> |        | <b>1</b>        | <b>2</b> | <b>3</b>      | <b>4</b> | <b>5</b> |
| Lange termijn doelen      |        |                 |          |               |          |          |
| >                         |        |                 |          |               |          |          |
| >                         |        |                 |          |               |          |          |
| >                         |        |                 |          |               |          |          |
| >                         |        |                 |          |               |          |          |
| >                         |        |                 |          |               |          |          |
| >                         |        |                 |          |               |          |          |
| Korte termijn doelen      | Acties | Datum opgesteld |          | Datum behaald |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |
|                           |        |                 |          |               |          |          |

Voor akkoord getekend

Bewoner:  
(Handtekening)

Coach:  
(Handtekening)

|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|------------------------------------------|--------|-----------------|----------|---------------|----------|----------|
| <b>10. Maatschappelijke participatie</b> |        | <b>1</b>        | <b>2</b> | <b>3</b>      | <b>4</b> | <b>5</b> |
| Lange termijn doelen                     |        |                 |          |               |          |          |
| >                                        |        |                 |          |               |          |          |
| >                                        |        |                 |          |               |          |          |
| >                                        |        |                 |          |               |          |          |
| >                                        |        |                 |          |               |          |          |
| >                                        |        |                 |          |               |          |          |
| >                                        |        |                 |          |               |          |          |
| Korte termijn doelen                     | Acties | Datum opgesteld |          | Datum behaald |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |
|                                          |        |                 |          |               |          |          |

Voor akkoord getekend

Bewoner:  
(Handtekening)

Coach:  
(Handtekening)

|                      |        |                 |          |               |          |          |
|----------------------|--------|-----------------|----------|---------------|----------|----------|
| <b>11. Justitie</b>  |        | <b>1</b>        | <b>2</b> | <b>3</b>      | <b>4</b> | <b>5</b> |
| Lange termijn doelen |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| >                    |        |                 |          |               |          |          |
| Korte termijn doelen | Acties | Datum opgesteld |          | Datum behaald |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |
|                      |        |                 |          |               |          |          |

Voor akkoord getekend

Bewoner:  
(Handtekening)

Coach:  
(Handtekening)

### 1. Financiën

Zelfredzaamheid met betrekking tot financiën gaat over drie aspecten van inkomsten en uitgaven: 1) *De hoogte van de inkomsten in relatie tot uitgaven*. Heeft de persoon voldoende inkomsten om in de basisbehoeften te voorzien, of gaat het geld op andere dingen waardoor niet in de basisbehoeften wordt voorzien en/of schulden worden opgebouwd; 2) *De bron van de inkomsten*. Komen de inkomsten voornamelijk een uit een (bijstand-)uitkering of uit betaalde arbeid; 3) *Het beheer en de dynamiek van (eventuele) schulden*. Heeft de persoon schulden en zo ja, verminderen of groeien die schulden. Wie beheert die schulden, doet de persoon dit zelf of worden de schulden beheerd door een derde partij.

### 2. Dagbesteding

Zelfredzaamheid met betrekking tot dagbesteding gaat over het hebben van werk en/of het volgen van een traject dat naar werk leidt (arbeidsactivering, re-integratie of opleiding). Als de persoon geen dagbesteding heeft kan deze overlast veroorzaken, simpelweg omdat de persoon dan geen, of een minder gestructureerde dagindeling kan hebben en zich kan gaan vervelen, rondhangen, ruzie kan zoeken enz. Het gaat hier om de vraag of een persoon een bepaalde vorm (laagdrempelig, hoogdrempelig, tijdelijk- of vast werk) van dagbesteding voor zichzelf heeft georganiseerd. Het volgen van een opleiding om geschoold werk te kunnen doen (startkwalificatie) of een hogere opleiding is ook een vorm van dagbesteding.

### 3. Huisvesting

Zelfredzaamheid met betrekking tot huisvesting gaat over de stabiliteit en kwaliteit van de woonsituatie van de persoon. De vraag of de persoon een veilige, toereikende woning heeft waar hij voor langere tijd kan verblijven, staat hier centraal. Kwaliteit van de huisvesting is hier gedefinieerd als huisvesting die veilig is (denk hierbij aan vochtigheid, luchtkwaliteit, gas- en waterleidingen e.d.) en toereikend is (denk hierbij aan woonoppervlakte in relatie tot gezinsomvang, verwarming en verlichting, inboedel zoals bed, tafel, stoel e.d.). Onder stabiliteit wordt de verwachte duur van het verblijf in de huidige huisvesting verstaan, het gaat dan om de vraag hoe lang de persoon nog in de huidige woning kan blijven. Autonomie met betrekking tot huisvesting betreft de onafhankelijkheid van derden om in veilige en stabiele huisvesting te voorzien, denk hierbij aan aspecten als financiering, onderhoud/ reparaties, of aanschaf/ vervanging van inboedel.

### 4. Huiselijke relaties

Zelfredzaamheid met betrekking tot huiselijk relaties gaat over de vraag of de persoon goede relaties onderhoudt met de personen met wie hij een huishouden deelt. Ondersteunen de leden van het huishouden de persoon zijn groei en ontwikkeling of hebben leden van het huishouden een negatieve invloed op het functioneren van de persoon? Andersom geldt ook: ondersteunt de persoon de leden van het huishouden in hun groei en ontwikkeling of heeft de persoon juist een negatieve invloed op het functioneren van 30 één of meer leden van het huishouden? Je beoordeelt de kwaliteit van alle relaties van de persoon met de andere leden van het huishouden. Het domein betreft onder andere de signalering van huiselijk geweld, mishandeling en verwaarlozing. Het is daarbij van belang om zowel verbale als non-verbale aanwijzingen te signaleren. Wanneer geen sprake is van misbruik of verwaarlozing kan een huiselijke omgeving bedreigend zijn door negatieve, (onder-)drukkende inter-persoonlijke relaties die de persoon belemmeren in zijn groei en ontwikkeling.

## **5. Geestelijke gezondheid**

Zelfredzaamheid met betrekking tot geestelijke gezondheid gaat over de aan- of afwezigheid van geestelijke problemen en, als er sprake is van geestelijke problemen, hoe de persoon daarmee omgaat. De centrale vraag hier is of de persoon last heeft van, symptomen van, een geestelijke stoornis. Denk bijv. aan depressieve- bipolaire, psychotische stoornis, schizofrenie, (posttraumatische) stressstoornis of persoonlijkheidsstoornis. Wanneer de persoon kampt met een geestelijke stoornis is de vraag hoe hij met de problemen omgaat: wordt de persoon behandeld en volgt de persoon de behandeling (is de persoon behandeltrouw). Welke invloed heeft de geestelijke stoornis op het dagelijks functioneren van de persoon?

## **6. Lichamelijke gezondheid**

Zelfredzaamheid met betrekking tot lichamelijke gezondheid gaat over de aan- of afwezigheid van een lichamelijke aandoening en - indien aanwezig - hoe de persoon hiermee omgaat. Onder lichamelijke aandoeningen worden zowel verwondingen (bijv. ten gevolge van ongeluk), als kortdurende (bijv. griep) en chronische ziekten (bijv. diabetes) verstaan. Enkele vragen die voor de beoordeling van de zelfredzaamheid met betrekking tot de fysieke gezondheid gesteld kunnen worden zijn: 'Verzorgt de persoon zijn wonden (van pleister plakken tot eerste hulp)?' en 'Neemt hij zijn medicijnen in als voorgeschreven (ook vernieuwen recept, controle door behandelaar, behandeltrouw)'.

## **7. Verslaving**

Zelfredzaamheid met betrekking tot verslaving gaat over het drug-, gok- en alcoholgebruik van de persoon en welke invloed dit heeft op het dagelijks functioneren van de persoon. De (DSM-IV) criteria voor verslaving zijn (samengevat) 1. tolerantie, 2. onthoudingsverschijnselen, 3. grote hoeveelheden – lange tijd, 4. 'craving', 5. veel tijd besteden aan bemachtigen/ gebruik/ herstel, 6. opgeven van belangrijke sociale/ beroepsmatige bezigheden, 7. doorgaan met gebruik ondanks kennis van negatieve fysieke of psychische gevolgen. Een belangrijke vraag met betrekking tot dit domein is of, en hoeveel problemen de persoon ondervindt met sociale, werkgerelateerde, of fysieke activiteiten ten gevolge van het alcohol-/ drug-/ gokgebruik (oftewel 'Is de persoon in staat zijn middelengebruik te controleren?'). Wanneer de persoon in behandeling is voor zijn verslaving weegt ook de behandeltrouw mee in de beoordeling op dit domein.

## **8. Activiteiten van het Dagelijks Leven**

Zelfredzaamheid met betrekking tot Activiteiten van het Dagelijks Leven (ADL) gaat over de mate waarin de persoon alledaagse activiteiten uitvoert of de uitvoering heeft georganiseerd. Het gaat hierbij om basale taken om voor zichzelf te zorgen (eten, wassen, aankleden, naar toilet gaan) tot meer complexe taken zoals het organiseren van het huishouden en het zorgen voor anderen (kinderen of anderen waar de persoon voor verantwoordelijk gesteld is). Bij de beoordeling op dit domein worden zelfzorg-taken onderscheiden van meer complexe ADL-taken. Het is dan ook van belang dat je informatie over beide aspecten van de ADL verzamelt.

## **9. Sociaal netwerk**

Zelfredzaamheid met betrekking tot Sociaal netwerk gaat over het aantal en de kwaliteit van relaties met vrienden, familie en kennissen (die geen onderdeel van het huishouden zijn). Een belangrijke vraag binnen dit domein is of de persoon voldoende personen om 35 zich heen heeft verzameld die hem kunnen steunen en begeleiden in zijn groei en ontwikkeling. De kwaliteit van het sociaal netwerk is van belang omdat een persoon een heel omvangrijk netwerk kan hebben dat enkel bestaat uit personen waar hij, indien nodig, niet op kan rekenen en/of die een negatieve invloed hebben op het gedrag van de persoon (zgn. 'foute vrienden', bijvoorbeeld een

drugsnetwerk, of vrienden die crimineel actief zijn). Onder het sociaal netwerk worden ook (niet tot het huishouden behorende) familieleden verstaan (bijv. ooms, tantes, opa's, oma's die niet met de persoon samen wonen). Omdat de persoon mogelijk niet direct aan dit deel van het sociaal netwerk zal denken, kan expliciet gevraagd worden naar de aanwezigheid van, en de kwaliteit van de relatie met familieleden.

#### **10. Maatschappelijke participatie**

Zelfredzaamheid met betrekking tot maatschappelijke participatie gaat over de mate waarin de persoon deel neemt aan maatschappelijke, gestructureerde activiteiten en organisaties. Het betreft zowel de deelname van de persoon als de aanwezigheid van bevorderende of belemmerende externe factoren (bijv. transport, tijd, kinderopvang e.d.). Deelname aan elke vorm van georganiseerde activiteit zoals een sportclub, een vereniging, (school-)comité, kerk en steun- of adviesgroepen wordt als maatschappelijke participatie beschouwd. Bezoek aan café, coffeeshop of andere uitgaansgelegenheden valt niet onder maatschappelijke participatie.

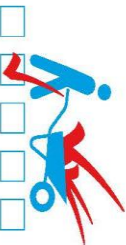
#### **11. Justitie**

Zelfredzaamheid met betrekking tot justitie gaat over of de persoon op dit moment, of in het (recente) verleden, in aanraking is gekomen met politie en justitie. Wanneer de persoon op dit moment zaken bij justitie heeft lopen zou dat mogelijk kunnen interfereren met een eventueel zorg-, huisvesting- of dagbestedingstraject. Het hebben van een strafblad zou mogelijk invloed kunnen hebben op de arbeidstoeleiding. In veel gevallen zullen eerst justitiële zaken moeten worden gesloten voordat andere trajecten kunnen worden gestart. Politiecontacten gaan over alle staande- en aanhoudingen door politie voor een overtreding of misdrijf. Justitiële zaken zijn over het algemeen zaken met betrekking tot het strafrecht: 1= Cliënt krijgt straf. De cliënt moet voor de rechter verschijnen. Met name de huidige onzekerheid over de nabije toekomst maakt het een acuut probleem; 2 = Cliënt heeft straf. De cliënt zit in detentie, heeft een taakstraf, extramurale detentie (elektronisch toezicht), maar ook zgn. OM-transacties (voor bijvoorbeeld rijden zonder rijbewijs, of opgeven valse identiteitsgegevens) e.d. ; 3= Cliënt heeft geen straf (meer) mits hij zich aan door de rechter gestelde voorwaarden houdt; 4 = Cliënt heeft straf gehad. De cliënt is gestraft, heeft de straf ondergaan maar kan op dit moment eventueel enkele nadelige gevolgen van ondervinden (bijvoorbeeld omdat hij misschien geen Verklaring Omtrent Gedrag kan krijgen); 5= Cliënt heeft (al lang) geen straf gehad. Cliënt heeft nooit een strafbaar feit gepleegd, of zo lang geleden een strafbaar gepleegd dat het niet meer op zijn strafblad staat, of de cliënt is niet juridisch vervolgd voor het plegen van een strafbaar feit. Er is geen belemmering om, indien nodig, een Verklaring Omtrent Gedrag te krijgen.

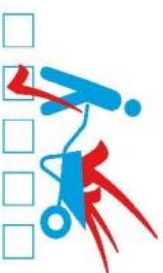


# Bijlage 4 - Zelfredzaamheid-Matrix

Zelfredzaamheid-Matrix 2013  
S.Lauriks, M.C.A. Buster, M.A.S. De Wit, S. van de Weerd, G. Tigchelaar, en T. Fassaert.



| DOMEIN                  | 1 – acute problematiek                                                                                                                                  | 2 – niet zelfredzaam                                                                                                                                                                                              | 3 – beperkt zelfredzaam                                                                                                                                                                 | 4 – voldoende zelfredzaam                                                                                                                                       | 5 – volledig zelfredzaam                                                                                                                                            |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Financiën               | Geen inkomsten. Hoge, groeiende schulden.                                                                                                               | Onvoldoende inkomsten <i>en/of</i> spontaan of ongepast uitgeven. Groeiende schulden.                                                                                                                             | Komt met inkomsten aan basis behoeften tegemoet <i>en/of</i> gepast uitgeven. Eventuele schulden zijn teminste stabiel <i>en/of</i> bewindvoering/inkomensbeheer.                       | Komt aan basis behoeften tegemoet zonder uitkering. Behoeft eventuele schulden zelf en deze verminderen.                                                        | Inkomsten zijn ruim voldoende, goed financieel beheer. Heeft met inkomen mogelijkheid om te sparen.                                                                 |
| Dagbesteding            | Geen dagbesteding en verorzaakt overlast.                                                                                                               | Geen dagbesteding maar geen overlast.                                                                                                                                                                             | Laagdrempelige dagbesteding of arbeidsactivering.                                                                                                                                       | Hoogdrempelige dagbesteding of arbeidsopleiding of (tijdelijk) werk <i>en/of</i> volgt opleiding voor start-kwalificatie (havo, vwo, of mbo-2).                 | Vast werk <i>en/of</i> volgt opleiding hoger dan startkwalificatie (havo, vwo, of mbo-2).                                                                           |
| Huisvesting             | Dakloos <i>en/of</i> in nachtopvang.                                                                                                                    | Voor wonen ongeschikte huisvesting <i>en/of</i> huur/hypotheek is niet betaalbaar <i>en/of</i> dreigende huissuitzetting.                                                                                         | In veilige, stabiele huisvesting maar slechts marginaal toereikend <i>en/of</i> in onderhuur of niet-autonome huisvesting.                                                              | Huishouden heeft veilige, toereikende huisvesting <i>en</i> (huur)contract met bepalingen <i>en/of</i> gedeeltelijk autonome huisvesting.                       | Huishouden heeft veilige, toereikende huisvesting <i>en</i> regulier (huur)contract <i>en/of</i> autonome huisvesting.                                              |
| Huiselijke relaties     | Sprake van huiselijk geweld, kindermishandeling of verwaarlozing.                                                                                       | Leden van het huishouden gaan niet goed met elkaar om <i>en/of</i> pdeenteel huiselijk geweld, kindermishandeling of verwaarlozing.                                                                               | Leden van het huishouden ervaren problemen en proberen negatief gedrag te veranderen.                                                                                                   | Relationele problemen tussen leden van het huishouden zijn niet (meer) aanwezig <i>en/of</i> woont alleen.                                                      | Communicatie tussen leden van het huishouden is consistent open. Leden van het huishouden ondersteunen elkaar.                                                      |
| Geestelijke gezondheid  | Een gevaar voor zichzelf of anderen <i>en/of</i> terugkerende suïcide-ideatie. Ernstige moeilijkheden in het dagelijks leven door geestelijke stoornis. | Aanhoudende geestelijke gezondheidsproblemen die het gedrag kunnen beïnvloeden, maar geen gevaar voor zichzelf/anderen. Moeilijkheden in het dagelijks functioneren door symptomen <i>en/of</i> geen behandeling. | Milde symptomen kunnen aanwezig zijn <i>en/of</i> enkel matige functioneringsmoeilijkheden door geestelijke problemen <i>en/of</i> behandeltrouw is minimaal.                           | Minimale symptomen die voorspelbare reactie zijn op stressoren in het leven <i>en/of</i> marginale beperking van functioneren <i>en/of</i> goede behandeltrouw. | Symptomen zijn afwezig of zelfdzaam. Goed of superieur functioneren in een groot aantal diverse activiteiten. Niet meer dan de dagelijkse beslommeringen of zorgen. |
| Lichamelijke gezondheid | Heeft direct medische aandacht nodig. Een noodgeval/kritieke situatie.                                                                                  | Een (direct/chronische) medische aandoening die repletatieve behandeling vereist wordt niet behandeld. Matige beperking van (lichamelijke) activiteiten tov een lichamenlijk gezondheidsprobleem.                 | Een (chronische) medische aandoening wordt behandeld maar behandeltrouw is minimaal. De lichamenlijke gezondheidsproblemen leiden tot een lichte beperking in mobiliteit en activiteit. | Erkent behoefte aan hulp voor de (chronische) medische aandoening. Goede behandeltrouw.                                                                         | Er zijn geen directe of voortdurende medische problemen.                                                                                                            |



| DOMEIN                               | 1 – acute problematiek                                                                                                                                                                                        | 2 – niet zelfredzaam                                                                                                                                                                                                                                                   | 3 – beperkt zelfredzaam                                                                                                                                                                                                                                           | 4 – voldoende zelfredzaam                                                                                                                                                                                                                                     | 5 – volledig zelfredzaam                                            |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| <b>Verslaving</b>                    | Voldoet aan criteria voor ernstig misbruik verslaving. Resulterende problemen zijn zo ernstig dat institutionalisering of hospitalisatie noodzakelijk is.                                                     | Voldoet aan criteria voor verslaving. Preoccupatie met gebruiken en/of bemachtigen van middelen. Onthoudingsverschijnselen of afkick-ontwijkend gedrag zichtbaar. Gebruik resulteert in ontwijken of verwaarlozen van essentiële activiteiten van het dagelijks leven. | Gebruik binnen de laatste 30 dagen. Aanwijzingen voor aan middelengebruik gerelateerde sociale, werkgerelateerde, emotionele of fysieke problemen. Gebruik interfereert niet met essentiële activiteiten van het dagelijks leven en/of behandeltrouw is minimaal. | Client heeft gedurende de laatste 30 dagen gebruikt maar er zijn geen sociale, werkgerelateerde, emotionele of fysieke problemen ten gevolge van het gebruik zichtbaar. Geen aaniconbaar voortdurend of gevaarlijk middelengebruik en/of goede behandeltrouw. | Geen middelengebruik/ misbruik in de laatste 30 dagen.              |
| <b>Activiteiten Dagelijks Leven</b>  | Ernstige beperkingen op alle of bijna alle gebieden van zelfzorg en complexe activiteiten.                                                                                                                    | Belangrijk probleem op één of meer gebieden van zelfzorg (eten, wassen, aankleden, naar toilet gaan) en meerdere complexe activiteiten worden niet uitgevoerd.                                                                                                         | Voorziet in de meeste maar niet alle basis behoeften van het dagelijks leven en de zelfzorg is op peil, maar één of meerdere complexe activiteiten worden niet uitgevoerd.                                                                                        | Voorziet in alle basis behoeften van het dagelijks leven en alleen ondergeschikte problemen (bijvoorbeeld slordig zijn, gedesorganiseerd).                                                                                                                    | Geen problemen van deze aard en functioneert goed op alle gebieden. |
| <b>Sociaal netwerk</b>               | Gebrek aan noodzakelijke steun van familie/vrienden en geen contacten buiten eventuele foute vriendenkring. Blijvend, belangrijk probleem als gevolg van actief of passief terugtrekken uit sociale relaties. | Familie/vrienden hebben niet de vaardigheden/mogelijkheden om te helpen en nauwelijks contacten buiten eventuele foute vriendenkring. Blijvend, belangrijk probleem als gevolg van actief of passief terugtrekken uit sociale relaties.                                | Enige steun van familie/vrienden en enige contacten buiten eventuele foute vriendenkring. Duidelijk probleem in maken of onderhouden van ondersteunende relaties.                                                                                                 | Voldoende steun van familie/vrienden en weinig contacten met eventuele foute vrienden.                                                                                                                                                                        | Gezond sociaal netwerk en geen foute vrienden.                      |
| <b>Maatschappelijke participatie</b> | Niet van toepassing door crisissituatie en/of in 'overlevingsmodus'.                                                                                                                                          | Maatschappelijk geïsoleerd en/of geen sociale vaardigheden en/of gebrek aan motivatie om deel te nemen.                                                                                                                                                                | Nauwelijks participierend in maatschappij en/of gebrek aan vaardigheden om betrokken te raken.                                                                                                                                                                    | Enige maatschappelijke participatie (bijv. adviesgroep, steungroep) maar er zijn hindernissen zoals mobiliteit, discipline, of kinderopvang.                                                                                                                  | Actief participierend in de maatschappij.                           |
| <b>Justitie</b>                      | Zeer regelmatig (maandelijks) contact met politie en/of openstaande zaken bij justitie.                                                                                                                       | Regelmatig (meerdere keren per jaar) contact met politie en/of lopende zaken bij justitie.                                                                                                                                                                             | Incidenteel (eens per jaar) contact met politie en/of voorwaardelijke straf of -invrijheidstelling.                                                                                                                                                               | Zelden (minder dan eens per jaar) contact met politie en/of strafblad.                                                                                                                                                                                        | Geen contact met politie. Geen strafblad.                           |