

Affectief Bewuste Benadering in het kort

Mensen met een verstandelijke beperking ervaren de wereld veelal als chaotisch en onoverzichtelijk. Dat maakt dat zij zich eerder onveilig voelen en belemmert hen in het verder kunnen ontwikkelen.

Mensen met een verstandelijke beperking hebben meestal ook een (sociaal-) emotionele beperking, waardoor zij meer moeite hebben met het begrijpen en reguleren van emoties. Hierdoor zijn zij vaak blijvend aangewezen op begeleiding. De Affectief Bewuste Benadering richt zich op de kern van het begeleiden van mensen met een verstandelijke beperking en zwakbegaafdheid; namelijk op de kwaliteit van de begeleidingsrelatie.

Om een cliënt goed te kunnen begeleiden moet er eerst aan een aantal voorwaarden voldaan worden.

Een eerste voorwaarde is de kwaliteit en kwantiteit van het contact. Om een begeleidingsrelatie op te bouwen, moet er voldoende vaak contact zijn en moet er bovendien een basis van vertrouwen zijn. De begeleider kan deze veilige basis bieden. Een tweede voorwaarde is de aanwezigheid van structuur in het dagelijkse leven van de cliënt. Structuur en duidelijkheid vergroten namelijk het 'vat hebben op de wereld' voor mensen met een verstandelijke beperking. Hierdoor ontstaan de rust en veiligheid die nodig zijn voor verdere ontwikkeling. Een laatste voorwaarde is het hebben van een helder omschreven doel. Om tot dit doel te komen, is het nodig om inzicht te hebben in het perspectief van de cliënt. Omgekeerd geldt hetzelfde: door het stellen van doelen, creëer je perspectief voor de cliënt. Door het verhelderen van deze doelen en van het perspectief, ontstaat vervolgens de motivatie die nodig is om aan de doelen te werken. Verder is het belangrijk dat begeleider en cliënt aan hetzelfde doel werken.

Bij de Affectief Bewuste Benadering wordt van de begeleiders een bewuste houding en kennis van de eigen emoties verwacht en bovendien van het (sociaal-) emotionele ontwikkelingsniveau van de cliënt. In bepaalde situaties kan een emotioneel neutrale houding nodig zijn en in andere situaties kan het juist weer goed zijn om op een bewuste wijze wél affect te tonen. De begeleider blijft hierbij op zoek naar de balans tussen afstand en nabijheid tot de cliënt. Dit doet hij onder meer door zijn niveau van Expressed Emotion te leren kennen met de daarbij behorende vaardigheden en aandachtspunten.

Onvoorwaardelijke acceptatie, congruentie en empathie vormen de basishouding van de begeleider.

Om te waarborgen dat er sprake is van tweerichtingsverkeer hanteert de affectief bewuste begeleider een aantal verbale en non-verbale gespreksvaardigheden. Kernbegrippen hierbij zijn objectiviteit, bewustwording, feedback en afstemming met de cliënt. De begeleider is zich bewust van eigen stemgebruik, lichaamshouding en fysieke contactname. Ook heeft de begeleider oog voor eventuele dynamieken die van invloed kunnen zijn op het onderlinge contact.

Dit alles bekijkt de begeleider met een 'systeembri'. De begeleidingsrelatie bestaat namelijk uit een aantal subsystemen die elkaar beïnvloeden. Voorbeelden van deze subsystemen zijn het privé- en professionele netwerk van de cliënt, het netwerk van de begeleider, het team en zelfs de privésituatie van de begeleider. Binnen dit geheel van subsystemen heeft de begeleider samen met zijn team oog voor emotioneel geladen boodschappen tijdens bijvoorbeeld teamvergaderingen of bij overdrachten. Met de cliënt samen verkent hij diens netwerk en zoekt naar knelpunten en bijbehorende oplossingen.