

## WELBEVINDEN EN BESCHERMING



Op zaterdag 20 januari 2024 sloegen FOVIG, Trefpunt Stan en Zoom vzw de handen ineen met een belangrijke missie: samen met professionals en ervaringsdeskundigen nadenken over het samengaan van welbevinden en bescherming bij handicap.

In de wisselwerking tussen de deelnemers aan de denkdag ontstonden heel wat bruikbare tips die de betrokkenheid tussen zorgontvangers en hun omgeving versterken. Veel aandacht ging naar het ontdekken van de

juiste wensen en de achterliggende drijfveren bij de zorgontvanger.

De meeste suggesties zijn niet afhankelijk van de 'aard van de bescherming'. Ze zijn toepasbaar in de gewone huiselijke omgeving, in de omgang met professionele zorgverleners en ook bij bescherming zoals bewindvoering. Ook in het collectief overleg kunnen deze tips van pas komen. Enkele tips en valkuilen die op de denkdag zijn aangebracht.

### Tips voor betrokkenheid en welbevinden bij keuzes en beslissingen

#### Tip 1 - Empathie is het vertrekpunt

Ga in de schoenen staan van de zorgontvanger en ervaar wat een vraag, een keuze, een beslissing kan teweegbrengen.

#### Tip 2 - Bouw vertrouwen op

Leer je eigen keuzes te vertrouwen, zonder ze onwrikbaar te maken. Luister met je hart naar de ander. Zo ontdek je gemakkelijker wat er echt speelt. Dat versterkt ook daar het vertrouwen.

#### Tip 3 - Betrek verschillende personen uit het netwerk bij keuzes

Niet iedereen kijkt vanuit hetzelfde perspectief. Zet die invalshoeken naast elkaar. Neem daarvoor de tijd.

#### Tip 4 - Geef jezelf feedback

Neem de tijd om de weg waarlangs een beslissing groeit minstens een keer te dubbelchecken. Waarom zijn jullie bij bepaalde splitsingen een specifieke weg ingeslagen?

#### Tip 5 - Ja of nee volstaat niet

Er zijn altijd meer mogelijkheden dan enkel ja of nee. Zoek andere mogelijkheden door aan een derde uit te leggen hoe en waarom je een bepaalde keuze wil maken. Kun je het niet helder vertellen? Dan is er mogelijk iets mis. Heb je misschien stappen of argumenten gemist?

#### Tip 6 - Bewandel het slappe touw van flexibiliteit

Van gedachte veranderen is niet fout. Zorg dan wel dat je weet waarom je van mening wijzigt. Flexibiliteit is niet gelijk aan uitstellen van beslissingen.

#### Tip 7 - Bewaak je verwachtingen

Je zorgontvanger is geen voorwerp van je zelfrealisatie. Laat je daarin niet misleiden.

#### Tip 8 - Kiezen is zoeken naar evenwicht

Een keuzeproces balanceert langs verschillende aspecten, bijvoorbeeld tussen vrijheid en beperking, tussen ervaring en professionaliteit, tussen kennis en kunde. Neem de tijd om die balans te vinden.

#### Tip 9 - De juiste keuze kan voor anderen verschillend zijn

Heel wat omstandigheden bepalen de uitersten waartussen je keuze zal liggen. Bespreek grondig de verschillende opties.

#### Tip 10 - Het recht om je te vergissen

Soms hebben keuzes een heel andere uitwerking dan de betrokkenen hadden verwacht. Dat is geen ramp. In bepaalde gevallen is het resultaat zelfs beter dan verwacht. In de andere gevallen is er de flexibiliteit.

#### Tip 11 - Voortschrijdend inzicht

Leer uit keuzes die niet het gewenste resultaat hadden (failing forward).

#### Tip 12 - Onderschat de zorgontvanger niet

Zet in op die mensen die de zorgontvanger goed kunnen 'lezen'. Mensen uit het netwerk – dat kan ook een andere zorgontvanger zijn – hebben ook ervaring in het vertalen van een reactie, een gelaatsuitdrukking, een gemoedstoestand.



## Valkuilen voor betrokkenheid en welbevinden bij keuzes en beslissingen

Moeilijkheden die deelnemers aan de denkdag ervaren en wat je eraan kan doen.

### (1) Kiezen onder tijdsdruk

Laat je niet opjagen. Maar blijf een beslissing ook niet uitstellen omdat je misschien (nog) niet alles in overweging hebt kunnen nemen.

### (2) Vakjes denken

Overweeg ook keuzemogelijkheden die niet kant-en-klaar beschikbaar zijn.

### (3) Keuzestress

Moeten kiezen weegt op alle betrokkenen. Focus daarom vooral op de oplossing, niet uitsluitend op het probleem. Besef dat je echt niet alles op voorhand kan inschatten.

### (4) Vasthouden aan principes

Principes conflicteren al eens met de werkelijke omstandigheden. Principiële keuzes zijn ook maar 'een' keuze.

### (5) Enkel horen wat je goed uitkomt

Neem geregeld afstand van je eigen mening en overtuiging. Let ook op dat je die mening niet te nadrukkelijk formuleert. Nogal wat mensen kiezen om te pleasen: ze gaan gemakkelijk mee in wat ze denken dat jij goed zou vinden.