

Persoonlijke Toekomstplanning



een project van P.L.A.N. vzw

in opdracht van het Vlaams Gebruikersoverleg voor Personen met een Handicap, met de financiële steun van het Vlaams Fonds

Inleiding

Deze tekst wil aan professionelen, ouders, netwerkliden meer achtergrondinformatie verstrekken rond Persoonlijke Toekomstplanning. Naast een korte omschrijving wordt er ingegaan op de verschillende stappen binnen zo'n proces en de verschillende strategieën die kunnen gebruikt worden. Tenslotte wordt er ook kort stilgestaan bij een aantal voorwaarden die de kans op duurzame verandering verhogen. Uiteraard is het niet noodzakelijk dat, zeker bij de start van een proces, alle voorwaarden reeds vervuld zijn, ze vormen echter wel succesfactoren op lange termijn.

Persoonlijke Toekomstplanning ?

Persoonlijke Toekomst Planning is een langdurig proces waarin de persoon met een ondersteuningsnood en zijn netwerk de lijnen uitzetten van hoe de centrale persoon wil leven en dit op alle levensdomeinen. De kracht van dit proces ligt, zoals zal blijken, in het feit dat de centrale persoon nooit alleen komt te staan met zijn dromen en verwachtingen maar ten allen tijden kan terugvallen op een groep betrokken mensen die er mee voor gaan en actief mee denken en zoeken.

Persoonlijke Toekomstplanning is een proces waarin mensen met een ondersteuningsnood samen met anderen op zoek gaan en ontdekken hoe ze willen leven en een plan ontwikkelen met als doel de ondersteuning te realiseren die nodig is om het eigen levensplan ook te kunnen verwezenlijken.

P.L.A.N. vzw

O. Vanderlindenstraat 2B, 9050 Gentbrugge

tel : ... www.planvzw.be

Persoonlijke Toekomstplanning



een project van P.L.A.N. vzw

in opdracht van het Vlaams Gebruikersoverleg voor Personen met een Handicap, met de financiële steun van het Vlaams Fonds

De 5 stappen binnen Persoonlijke Toekomstplanning

Stap 1 : de opstartfase

Het vormen van een steungroep

Persoonlijke toekomstplanning is iets wat men niet alleen doet. De start van elk proces is dan ook het vormen van een steungroep rond de centrale persoon.

Een steungroep is een groep van mensen die een goede band hebben met de centrale persoon en die tijd willen investeren in de zoektocht naar nieuwe mogelijkheden. Meestal zijn dat de ouders, broers en zussen, vrienden, kennissen en eventueel professionelen die zich vrijwillig en op lange termijn engageren. Deze groep kan in grootte sterk variëren.

Deze groep mensen vormt de kern van elk Persoonlijk Toekomstplan en komt regelmatig samen om op het tempo van de centrale persoon antwoorden te zoeken op de drie belangrijke levensvragen en acties uit te stippelen om een leven in de samenleving mogelijk te maken.

Het vinden van een facilitator

Elk persoonlijk toekomstplan wordt in aanvang steeds ondersteund door een facilitator. De term facilitator is afgeleid uit het Engels, omdat het in één woord de essentie van de taak van de begeleider weergeeft. Het ook in het Nederlands gebruikte begrip 'faciliteren' betekent namelijk letterlijk 'iets mogelijk maken, ondersteunen'. Een bekwame facilitator is iemand die geschoold is in de processen van persoonlijke toekomstplanning en er voldoende tijd kan in investeren.

Facilitators spelen vooral bij de opzet van een proces een belangrijke rol bij de organisatie van een steungroep, de begeleiding van mensen in het ontdekken van de dromen van de centrale persoon en de ondersteuning van het voortdurend proces van probleemoplossingen

Naast kennis van de verschillende strategieën is vooral de basishouding van de facilitator van belang. Zo moeten zij het engagement aangaan om op zoek te gaan naar wat het beste is voor de centrale persoon, moet er een openheid zijn met betrekking tot het feit dat de persoon met een beperking (of bij jonge kinderen de ouders) de leiding hebben, moeten ze bereid zijn doelen na te streven die voor de persoon zelf heel relevant zijn. Kortom, facilitators zijn vooral mensen die vanuit een fundamenteel respect voor de ander zijn waardigheid en volwaardigheid persoonlijke toekomstplannen ondersteunen.

P.L.A.N. vzw

O. Vanderlindenstraat 2B, 9050 Gentbrugge

tel : ... www.planvzw.be

Persoonlijke Toekomstplanning



een project van P.L.A.N. vzw

in opdracht van het Vlaams Gebruikersoverleg voor Personen met een Handicap, met de financiële steun van het Vlaams Fonds

Wij, medewerkers van P.L.A.N. zijn steeds de facilitators die van start gaan. Onze doelstelling bestaat eruit de steungroep zo sterk mogelijk te maken, zodat zij het proces op langere termijn kunnen verderzetten. Indien de nood ertoe bestaat om het proces verder te laten faciliteren, gaan wij op zoek naar een vrijwillige facilitator in de buurt van de centrale persoon. Deze facilitators zijn dus geen betaalde beroepskrachten maar geëngageerde burgers die vrijwillig een proces bij hen in de buurt willen faciliteren. De achterliggende reden om te kiezen voor vrijwillige facilitators is het geloof in de capaciteiten die in onze samenleving aanwezig zijn (onder andere het engagement van mensen om mensen met een ondersteuningsnood een plaats te geven in hun buurt) en het belang van een zo natuurlijk mogelijk netwerk rond mensen, met en zonder ondersteuningsnood.

Wanneer we personen met een ondersteuningsnood en hun netwerk sterker willen maken moeten we de continuïteit van deze processen ook in handen van het netwerk en de facilitators leggen en niet louter in handen van betaalde professionelen.

Deze vrijwilligers krijgen de kans een gratis opleiding te volgen, worden ondersteund door middel van intervisiemomenten, alsook door een medewerker van P.L.A.N. vzw die het eerste jaar en zolang als nodig samen met de facilitator de bijeenkomsten leidt.

Het maken van concrete afspraken

Tenslotte wordt er in elke opstartfase ook concrete afspraken gemaakt rond inhoudelijke aspecten zoals hoe kan de centrale persoon centraal gesteld worden, welke thema's kunnen er wel en niet aan bod komen als praktische zaken (waar, wanneer wordt er samen gekomen,...)

Stap 2 : het persoonlijk profiel

Tijdens deze fase worden er verschillende bijeenkomsten gepland met de centrale persoon en zijn steungroep waarop een aantal thema's besproken worden zoals levensgeschiedenis, relaties, capaciteiten, gerespecteerde sociale rollen.....

Het doel van deze bijeenkomsten is de centrale persoon goed te leren kennen door te luisteren naar verhalen en door het ontwikkelen van een gemeenschappelijke appreciatie van de talenten en capaciteiten van de centrale persoon.

P.L.A.N. vzw

O. Vanderlindenstraat 2B, 9050 Gentbrugge

tel : ... www.planvzw.be

Persoonlijke Toekomstplanning



een project van P.L.A.N. vzw

in opdracht van het Vlaams Gebruikersoverleg voor Personen met een Handicap, met de financiële steun van het Vlaams Fonds

Deze fase schetst een beeld van hoe de zaken nu zijn, het vertaalt het vakjargon en gaat op zoek naar een begrijpbare, gemeenschappelijke taal.

Stap 3 : persoonlijke toekomstvisie

In een volgende fase wordt stil gestaan bij de toekomstdromen, wensen en verwachtingen van de centrale persoon.

Stap 4 : persoonlijke toekomstplannen

Vertrekkend van de dromen en verwachtingen van de centrale persoon en geaard in het nu worden ideeën verzameld, wordt er nagedacht en gezocht naar mogelijke oplossingen en worden er ook concrete stappen gezet.

Stap 5 : de opvolging

Vaak denkt men dat een persoonlijk toekomstplan bestaat uit het voorgaande : een aantal samenkomsten die resulteren in een uitgeschreven plan. Dit is echter pas het vertrekpunt, het 'zware werk' begint pas daarna : bij de daadwerkelijke uitvoering van het plan !

De kracht van een persoonlijke toekomstplan ligt net in de langdurigheid ervan. Enkel op die manier krijgt de persoon met een ondersteuningsnood een werkbaar instrument in handen om de controle over zijn eigen leven te behouden.

Een proces van persoonlijke toekomstplanning stopt pas wanneer de steungroep dit in gezamenlijk overleg aangeeft. Door ook rond het al dan niet verderzetten van het proces de hele groep te betrekken voorkomt men dat een proces al te vlug stopgezet wordt, wanneer een (b.v. voor de ouders) belangrijke stap is behaald of wanneer iemand weerstand voelt t.a.v. nieuwe stappen die genomen moeten worden, ...

In periodes waar alles goed gaat, komt de steungroep 2x op jaarbasis samen. Op die manier worden ook goede momenten samen gevierd (er wordt niet alleen samengekomen bij problemen : persoonlijke toekomstplanning is levensplanning, geen crisisinterventiesysteem) en blijft de groep als groep naar elkaar toe groeien.

P.L.A.N. vzw

O. Vanderlindenstraat 2B, 9050 Gentbrugge

tel : ... www.planvzw.be

Persoonlijke Toekomstplanning



een project van P.L.A.N. vzw

in opdracht van het Vlaams Gebruikersoverleg voor Personen met een Handicap, met de financiële steun van het Vlaams Fonds
P.L.A.N. vzw engageert zich om zolang de steungroep verder wil, zich ter beschikking te stellen voor elke vorm van advies. Indien het proces wordt gefaciliteerd door een vrijwilliger volgen we verder op door middel van intervisiemomenten. Indien de facilitator na verloop van tijd zijn engagement naar P.L.A.N. vzw en de steungroep stopzet, zoekt P.L.A.N. vzw naar een vervanger.

P.L.A.N. vzw

O. Vanderlindenstraat 2B, 9050 Gentbrugge

tel : ... www.planvzw.be

Persoonlijke Toekomstplanning



een project van P.L.A.N. vzw

in opdracht van het Vlaams Gebruikersoverleg voor Personen met een Handicap, met de financiële steun van het Vlaams Fonds

Verschillende strategieën zijn mogelijk

Persoonlijke toekomstplanning is – om het in een beeld uit te drukken - als een bedding van een rivier die er voor zorgt dat de rivier niet opdroogt en zijn weg verder kan zetten ... En net als een stroom komt ook het leven van mensen met beperkingen in 'rustige wateren' , 'woelig water' en soms zelfs in een stroomversnelling ... Om deze natuurlijke variaties aan tempo, kracht en diepgang op te vangen, zijn er een aantal kortdurende strategieën ontwikkeld die op bepaalde momenten in een persoonlijk toekomstplan nieuwe energie kunnen bieden, of indien nodig, juist eerder rust en reflectie :

MAPS (Mc Gills Action Planning Systems)

Dit is een kortdurende strategie die ideaal is om op relatief korte tijd (1 tot 3 samenkomsten) zicht te krijgen op waar iemand met zijn leven naar toe wil. MAPS is ideaal in situaties waar het zinvol is even te 'stoppen' en tijd te nemen om stil te staan bij waar en wat men mee bezig is. Vandaar dat het een strategie is die vaak gebruikt wordt bij ouders van jonge kinderen die, eenmaal een diagnose gesteld, vlug in een stroomversnelling komen op allerlei vlakken en weinig de tijd nemen om even stil te staan en opnieuw voeling te krijgen bij hun wensen.

PATH (Planning Alternative Tomorrows with Hope)

PATH is net als MAPS een kortdurende strategie. In tegenstelling tot MAPS zet deze strategie echter niet in de eerste plaats aan tot reflectie en nadenken, maar wel tot actie. PATH is een strategie die op 1 bijeenkomst opnieuw 'beweging' kan krijgen in vastgelopen situaties : in situaties waarin er geen uitweg lijkt te zijn, waarin alle mogelijke denksporen al zijn gevolgd maar er niets verandert. PATH is ook een heel visuele strategie die door zijn tempo en werkwijze heel goed bruikbaar is bij adolescenten. Het is tevens de meest bruikbare strategie voor mensen die een pijnlijke levensgeschiedenis achter de rug hebben.

ELP (Essential Lifestyle Planning)

ELP is een strategie die ontwikkeld werd voor mensen met een ernstige ondersteuningsnood die opteren voor een leven in of gedeeltelijk in de zorg. Net als de andere strategieën vertrekt het van thema's als kwaliteit van leven en wordt het sociale netwerk heel intensief betrokken, maar in tegenstelling tot de andere strategieën vormen de professionelen en de voorziening in deze strategie een belangrijke derde partner. Veranderingen die via deze strategie verwezenlijkt worden richten zich ook meer op het verbeteren van de kwaliteit van leven 'hier en nu'.

P.L.A.N. vzw

O. Vanderlindenstraat 2B, 9050 Gentbrugge

tel : ... www.planvzw.be

Persoonlijke Toekomstplanning



een project van P.L.A.N. vzw

in opdracht van het Vlaams Gebruikersoverleg voor Personen met een Handicap, met de financiële steun van het Vlaams Fonds

Voorwaarden voor duurzame verandering

Zoals reeds aangegeven is de uitvoering van het plan op lange termijn vaak niet evident.

Opdat een persoonlijk toekomstplan iemand met een ondersteuningsnood effectief in staat stelt om de regie over het eigen leven te behouden en veranderingen teweeg te brengen, dient het veranderingsproces duurzaam zijn.

Beth Mount¹ ging op zoek naar criteria waaraan zo'n processen dienen te voldoen wil men effectief spreken over duurzame verandering (en deze voorwaarden vormen evaluatie-criteria voor P.L.A.N. vzw in de kwaliteitscontrole van de individuele processen) :

Sterk verlangen tot verandering

Elk persoonlijk toekomstplan vertrekt met een sterk verlangen van de persoon met een ondersteuningsnood (of bij heel jonge kinderen van de wens van de ouders) naar verandering. Dit kunnen veranderingen zijn op één of meerdere levensgebieden : school, wonen, werken, netwerk, vrijetijd, ... maar kenmerkend is wel dat het telkens veranderingen zijn die niet zomaar eenvoudig te realiseren zijn : het zijn veranderingen die energie, tijd, kracht en steun van familie en vrienden vergen.

Enkel met een voldoende grote en sterke wens tot verandering slaagt een persoon met een handicap er in dit zoekproces te starten en weerstand (intern en extern) te overwinnen.

Het wakker houden van dit verlangen naar verandering is een belangrijke opdracht van de facilitator die zo'n proces ondersteunt. De kans dat de wens tot verandering afgezwakt wordt is namelijk reëel en dit zowel door het sociale netwerk (familie en vrienden) als door betrokken professionelen. Op zo'n momenten dient de facilitator resoluut de kant van de centrale persoon te kiezen en de wensen en verwachtingen "au serieux" te nemen en levendig te houden.

¹ Mount, B., (1994). Benefits and limitations of personal futures planning. In: V.J. Bradley, J.W. Ashbaugh, & B.C. Blaney (Eds.), Creating individual supports for peoples wit developmental disabilities: A mandate fo change at many levers. Baltimore: Brookes.

Persoonlijke Toekomstplanning



een project van P.L.A.N. vzw

in opdracht van het Vlaams Gebruikersoverleg voor Personen met een Handicap, met de financiële steun van het Vlaams Fonds

Een steungroep

“Everybody in this world today needs support of one kind or another. People need support to go ahead and do things whether this support comes from a good friend, parents, a social worker, or guardian. There is no person so independent in the world that they don't need anybody. We all need support, but with that support, we don't want somebody coming in and taking over our lives” (Michael J. Kennedy).

Persoonlijke Toekomstplanning doet men nooit alleen. Bij elk proces wordt er een steungroep gevormd die actiegericht is en zijn bestaansreden haalt uit de vraag van de centrale persoon. Hoe groter de diversiteit van de groep hoe krachtiger de groep en de mate waarin zij in staan zijn om de centrale persoon te beluisteren vanuit zijn gezichtspunt is recht evenredig met het krachtiger maken van de centrale persoon.

Netwerkbeheer en netwerkontwikkeling is een wezenlijk onderdeel van persoonlijke toekomstplanning. Bij sommige mensen is het eenvoudig om mensen te vinden die deel willen uitmaken van de steungroep, bij anderen is het natuurlijk netwerk soms zo verschrompeld dat het niet voor de hand ligt zelfs maar 1 of 2 andere personen te vinden die zich willen engageren, maar ook in zo'n situaties kan een persoonlijk toekomstplan opgestart worden. De grote en sterkte van de steungroep is geen criterium op zich om te starten, het bepaalt alleen het tempo waarmee de proces van start kan gaan.

Een belangenbehartiger

Een belangenbehartiger is iemand die de centrale persoon echt graag ziet en door het vuur wil gaan om een goed leven voor deze persoon te realiseren.

Zo'n belangenbehartiger is één van de garanties voor resultaat op lange termijn : hij of zij zorgt er voor dat de inspanningen niet verloren gaan door toeval of onoplettendheid.

De ervaring leert ons dat deze belangenbehartiger meestal iemand is uit het netwerk van de centrale persoon die heel dicht bij die persoon staat – meestal ouders of broer of zus. De ervaring leert ons ook dat professionelen niet direct een garantie zijn voor duurzaamheid. Processen zonder belangenbehartiger hebben grote kans tot stranden.

P.L.A.N. vzw

O. Vanderlindenstraat 2B, 9050 Gentbrugge

tel : ... www.planvzw.be

Persoonlijke Toekomstplanning



een project van P.L.A.N. vzw

in opdracht van het Vlaams Gebruikersoverleg voor Personen met een Handicap, met de financiële steun van het Vlaams Fonds

Een bruggenbouwer / netwerker

Om sociale inclusie te realiseren is het belangrijk om zo vlug mogelijk 'linken' te leggen met de gemeenschap waar de persoon woont. Bij kinderen en mensen die nog thuis wonen zijn deze linkers vaak nog spontaan aanwezig (via broers en zussen, ouders, burens, ...). Bij personen die vanuit de residentiële zorg de stap zetten naar een leven in de samenleving of bij mensen die verhuizen is het belangrijk dat er iemand in de groep de gemeenschap waar de centrale persoon woont goed kent en deze kennis in de groep brengt. Hij/zij ondersteunt de groep met zijn raad, tips, aanbrenge van vrijwilligers, tips voor praktische hulp enz.... Hij/zij weet wie we moeten aanspreken om deuren te openen.

Een langdurig en productief proces

Een persoonlijk toekomstplan is een langdurig proces en een instrument in handen van de centrale persoon om zijn leven gedurende lange tijd op de rails te houden. Precies de garantie dat ze gedurende grote periodes in hun leven kunnen terugvallen op hun groep en op een bekwame facilitator zorgt ervoor dat ze kunnen blijven veranderingen bewerkstelligen in hun leven en dus kunnen blijven groeien. Het proces speelt kort op de bal. Elke veranderingswens kan vrij snel gebeuren. Het leven valt niet meer stil.

Een bekwame begeleider van het proces

De kans op succes hangt ook sterk af van diegene die het proces ondersteunt. De rol van deze persoon werd reeds uitvoerig beschreven.

Een positieve kijk op de mogelijkheden van de centrale persoon.

Om een planningsproces gaande te houden dienen een aantal voorwaarden vervuld te worden, waarvan de meest belangrijke wellicht is dat alle deelnemers de bereidheid moeten hebben om zelf te evolueren en dat men in staat moet zijn om capaciteiten bij mensen met een beperking te zien. Het gaat immers om een zoektocht naar mogelijkheden en kansen in de centrale persoon, in de groep, in de samenleving, in de zorgverlenende organisaties....

P.L.A.N. vzw

O. Vanderlindenstraat 2B, 9050 Gentbrugge

tel : ... www.planvzw.be

Persoonlijke Toekomstplanning



een project van P.L.A.N. vzw

in opdracht van het Vlaams Gebruikersoverleg voor Personen met een Handicap, met de financiële steun van het Vlaams Fonds

Een persoonlijke kijk op een rijk leven in de samenleving.

In persoonlijke toekomstplanning wordt er steeds vertrokken vanuit een zoektocht naar een leven dat zich maximaal in de samenleving afspeelt. Het is een zoektocht naar een leven in de samenleving met ondersteuning op maat en op vraag en daardoor ook een zoektocht naar capaciteiten want sociale inclusie werkt niet vanuit beperktheden maar vanuit mogelijkheden, interesses en capaciteiten.

Een flexibele organisatie

De kans op duurzame veranderingen verhoogd wanneer ten minstens één zorgverlenende organisatie het proces actief wil ondersteunen, zich engageert om via hun ondersteuningsplan het actieplan mee te implementeren en bereid is om ook de eigen organisatie aan te passen

Om de implementatie van een individueel plan te garanderen is het belangrijk dat de zorgverlenende organisaties betrokken zijn. Maar minstens even belangrijk is dit omdat dit effect ressorteert op het veranderingsproces binnen de hulpverlenende organisaties. Zij maken dan op een geleidelijke manier mee de paradigma-omslag.

Invloed op macroniveau

Elk individueel proces heeft naast zijn invloed op mesoniveau (diensten en organisaties) ook een invloed op macroniveau.

Door mensen uit de samenleving te betrekken in steungroepen rond één persoon uit hun buurt of straat krijgen zij een ander zicht op mensen met een beperking. Door bruggenbouwers te betrekken realiseren we veranderingen in gemeenten en steden. Door opmerkingen en vaststellingen te bundelen en te signaleren aan de betrokken overheden en door wetenschappelijk onderzoek van de verschillende processen willen we ook het beleid beïnvloeden.

Concreet

Heeft u nog vragen, bent u geïnteresseerd om als facilitator aan de slag te gaan, wil u nog meer concrete informatie, aarzel niet om contact op te nemen : ...

P.L.A.N. vzw

O. Vanderlindenstraat 2B, 9050 Gentbrugge

tel : ... www.planvzw.be