

De begeleidingsfilosofie

De begeleidingsaanpak van My Home zit al in de naam. Mensen zo begeleiden en ontmoeten dat ze in hun levenssituatie en in hun huis en in hun contacten stabiel worden. En ook misschien wel gelukkiger. Dat betekent dat een kernpunt in de begeleidingsaanpak van My Home is: vertrouwen opbouwen en een persoonlijke relatie scheppen met elkaar. Het gaat dus om luisteren, aandacht, stimuleren, en ook zoeken naar momenten waarin iets van wederkerigheid kan ontstaan.

Als uitgangspunt voor de begeleidingsfilosofie is samen met de vrijwilligers gewerkt aan het hieronder opgenomen model. Dit model geeft de deelnemer aan in zijn of haar thuis situatie. Het doel is dat de deelnemer zich (meer) thuis voelt in zijn eigen huis.

Peter Dierinck, een Belgische psycholoog die een boek schreef met de titel 'Hoop verlenen' schrijft dat deelnemen aan het leven van mensen die psychisch kwetsbaar zijn betekent dat alleen al jouw aanwezigheid in hun huis bijdraagt tot hun gevoel van thuis te zijn.



In het project My Home gaat het om vier levensgebieden: wonen – activiteiten – relaties- zingeving/geloof. De levensgebieden kunnen ons helpen een 'foto' van de levenssituatie van de deelnemer te maken. Het kan helpen zicht te krijgen op wat de deelnemer graag wil of niet wil. Waar zijn verlangens zit, waar hij bang voor is of wat juist kracht geeft en waar hij/ zij blij of verdrietig van wordt. In de begeleiding wordt aangesloten bij de levenssituatie van de deelnemer. Zo kan er langzaam aan feeling ontstaan voor wat hem of haar bezig houdt en wat de vrijwilliger kan betekenen.

Om dicht bij het levensgevoel van de deelnemer te komen, kunnen kleine dingen behulpzaam zijn, zoals:

- Kijk bij jezelf en zie hoe alles begint met vertrouwen in je relatie anderen. Dat is ook bij de deelnemers zo. Vertrouwen moet langzaam groeien. Zeker in het begin is het werken aan een vertrouwensrelatie het allerbelangrijkste.*
- Herinner je kleine en grote dingen die de deelnemer noemt en die belangrijk voor hem of haar zijn*
- Blijf vooral luisteren naar wat in de deelnemer omgaat*
- kleine symbolische attenties kunnen contact bevorderen.*

In de afspraken kunnen ook speciale doelen aangegeven zijn waar de deelnemer aan wil werken met de vrijwilliger. Dan moet ook duidelijk worden wat de deelnemer daarin van de vrijwilliger verwacht.

In eventueel latere trainingen kunnen op de leefgebieden de volgende punten aan de orde komen:

Wonen: budget; persoonlijke hygiëne; huishoudelijke hygiëne; ontspanning; omgaan met burens; inrichting van het huis; persoonlijke levenssfeer; administratie; voedingspatroon;

Activiteiten: zoeken van zinvolle activiteiten; ervaringen bij activiteiten; conflicten bij activiteiten; discipline bij activiteiten;

Relaties: de deelnemer en anderen; familie, vrienden, kennissen; kerk; vereniging; wat heb ik te bieden? Wat verwacht ik van anderen?

Geloof en zingeving: als de deelnemer dat aangeeft: hoe kunnen we het contact verdiepen in zingeving- en geloofsvragen?



Soms moet je verder kijken om meer te zien