

HANDBOEK TRAINING

Home & Placemaking voor professionals



Louise Meijering
Ellis Merkelijn
Martian Slagter

INHOUDSOPGAVE

Inhoudsopgave	2
Hoofdstuk 1	Algemene inleiding 4
1.1. Inleiding	4
1.2. Wat en waarom HPM	4
1.3. Onderliggend onderzoek en de praktische HPM-tool	4
1.4. Relevantie voor mensen met NAH en de professional	5
Hoofdstuk 2	Over de training 7
2.1 De opbouw van de training	7
2.2 Deelnemersopdrachten en buddy gesprekken	7
2.3 Rol en meerwaarde ervaringsdeskundigheid in de training	8
2.4 Gebruik van het trainingsmateriaal	8
2.5 Wat vraagt het geven van de training van de HPM-trainers?	9
2.6 Didactisch kader voor de HPM-training	9
Hoofdstuk 3	Sessie 1 HPM introductie, plekkenkaart en herstelconcept 10
3.1 Inleiding	13
3.2 Algemene doelen	13
3.3 Wat is Home & Placemaking?	13
3.4 Waarom is HPM relevant voor mensen met NAH?	15
3.5 Persoonlijk herstelconcept	17
3.6 De training sessie 1	19
Hoofdstuk 4	Sessie 2 Presentie en oefenen met ervaringsdeskundigen 25
4.1 Inleiding	25
4.2 Algemene doelen	25
4.3 Achtergrond Presentie	25
4.4 De training sessie 2	27
Hoofdstuk 5	Sessie 3 HPM en het familiesysteem 36
5.1 Inleiding	36
5.2 Algemene doelen	36
5.3 Achtergrondinformatie: HPM en het familiesysteem	36
5.4 De training sessie 3	40
Hoofdstuk 6	Sessie 4 Plaatsidentiteit en oefenen met ervaringsdeskundigen 48
6.1 Inleiding	48
6.2 Algemene doelen	48

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

	6.3 Plaatsidentiteit	48
	6.4 De training sessie 4	50
Hoofdstuk 7	Sessie 5 Integratie	59
	7.1 Inleiding	59
	7.2 Algemene doelen	59
	7.3 De integratie	59
	7.4 De training sessie 5	60
Referenties		65

HOOFDSTUK 1 Algemene inleiding

1.1 Inleiding

Dit trainers handboek is bedoeld voor trainers die de Home & Placemaking (HPM) training gaan geven. Deze training positioneert HPM als theoretisch onderbouwd én praktisch hanteerbaar raamwerk voor het werken met mensen met NAH. Het biedt een vernieuwende manier van kijken en werken die de mens met NAH echt centraal stelt. De deelnemers van de training krijgen zicht op het waarom van HPM en de kernconcepten uit de ruimtelijke wetenschappen die hieraan ten grondslag liggen. Daarnaast leren ze wat HPM kan betekenen in de rol die ze als professional vervullen voor het versterken van het zich weer en ondersteunen bij het vormgeven van het veranderde leven. Ze leren HPM te integreren in hun bestaande beroepspraktijk.

In dit eerste hoofdstuk bespreken we eerst de achtergrond van HPM. Hoofdstuk 2 gaat over de opbouw van de training, de rol van ervaringsdeskundigheid en wat deze training vraagt van de trainer. De hoofdstukken 3 tot en met 7 beschrijven tot in detail de trainingssessies, hoe deze zijn opgebouwd en wat je er stap voor stap voor nodig hebt om de training goed te kunnen geven.

1.2 Wat en waarom HPM?

HPM is ontwikkeld als antwoord op de grenzen van het dominante zelfredzaamheidsdenken in de zorg, waarin professionele ondersteuning vaak wordt teruggebracht tot drie vragen: “Wat kunt u zelf?”, “Wat kan uw netwerk?” en “Wat heeft u van ons nodig?”. In de praktijk blijken levens van mensen met NAH echter zo overweldigend dat de werkelijke hulpvraag vaak gaat over: hoe krijg ik weer grip op mijn leven, als ik nauwelijks weet wie ik nu ben en waar ik moet beginnen (Meijering & Lettinga 2019)?

Het sociaal-ruimtelijke raamwerk van HPM vertrekt daarom niet vanuit functies, domeinen of diagnoses, maar vanuit plekken in het alledaagse leven waar mensen graag waren, zijn en (weer) naartoe willen, zoals huis, buurt, werk, supermarkt, revalidatiekliniek, bos, café. Uit de gezondheids- en sociale geografie weten we dat identiteit altijd plaatsgebonden is: wie je was, bent, kunt en wilt zijn, is niet los te zien van waar je was, bent, kunt en wilt zijn. HPM brengt deze theoretische inzichten naar de praktijk van mensen met NAH en hun zorgprofessionals, door “het lichaam met beperkingen in een klinische omgeving” te verschuiven naar een netwerk van betekenisvolle plekken in de thuis- en leefomgeving. Voor verdieping van de theorie: <https://homeplacemaking.nl/sociaalruimtelijke-theorie/>

1.3 Onderliggend onderzoek en de praktische HPM-tool

Het HPM-raamwerk is ontwikkeld in een participatief actieonderzoek van 2017 tot 2020. Dit was een samenwerking tussen wetenschappers, zorgprofessionals, en ervaringsdeskundigen met NAH en hun naasten. Hierin zijn de verschillende vormen van kennis en ervaring aan elkaar verbonden. Wat dit onderzoek toentertijd bijzonder maakte was de gelijkwaardige rol en bijdrage van ervaringsdeskundigen.

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

In dit onderzoek is systematisch verkend hoe mensen na hersenletsel hun leven proberen op te pakken, welke spanningen ontstaan tussen verschillende plekken (bijvoorbeeld thuis–werk), en hoe zij vastlopen na ontslag uit de kliniek.

Daaruit is een praktische tool ontstaan met twee kerncomponenten:

- Place mapping (plekkenkaarten): visueel in kaart brengen van belangrijke plekken toen–nu–straks (prettige, moeilijke, verloren, gewenste plekken), zodat overzicht en samenhang in het leven van de deelnemer zichtbaar worden.
- HPM coaching: mappende vragen (over beschrijving van het leven toen en nu) en coachende vragen (gericht op straks) waarmee de zorgprofessionals de NAH getroffen en ondersteunen bij reflectie, prioritering en het vormgeven van kleine experimenten op concrete plekken.

Plekkenkaarten die ontstaan in het contact met de NAH getroffen en groeien mee met het persoonlijke ontwikkelingsproces en maken identiteitsverandering bespreekbaar en hanteerbaar. Ze helpen om onzichtbare problemen – zoals overprikkeling, verlies aan overzicht en identiteitsverwarring – te vertalen naar concrete keuzes en aanpassingen in woon-, werk- en vrijetijdsplekken. Het werken met place mapping en HPM coaching draagt bij aan een verbetering van de levenskwaliteit van mensen met NAH en hun naasten. Zij voelen zich meer gezien en gehoord.

1.4 Relevantie voor mensen met NAH en de professional

Voor mensen met NAH vormt de stap van kliniek naar thuis vaak een breuklijn: ondanks goede revalidatie ontstaat thuis een neerwaartse spiraal van vitaliteitsverlies, sociaal isolement en somberheid. Getroffenen ervaren dat zij in een zwart gat vallen en hun leven “zelf nog moeten uitvogelen”, terwijl zij daar door vermoeidheid, prikkelgevoeligheid en verlies aan overzicht nauwelijks toe in staat zijn. De HPM tool beoogt zorgprofessionals handvatten te geven om als HPM coach te ondersteunen in het thuis weer oppakken van het leven, stap voor stap en niet alleen hun specifieke professionele achtergrond de aanpak of protocol het gesprek te laten bepalen.

In de HPM training leert de professional deze rol als HPM coach in de praktijk vorm te geven en te integreren in hun eigen praktijk. Je traint ze om vaardig te worden in het maken en lezen van plekkenkaarten, in het stellen van mappende en coachende vragen, en in het begeleiden van cliënten bij hun proces van het oppakken van het leven na NAH. De kernreden om in HPM te investeren ligt bij mensen met NAH zelf. De training beoogt dat professionals die deelnemen hen beter kunnen ondersteunen bij:

- Het stap voor stap opnieuw vormgeven van hun leven via belangrijke plekken (huis, buurt, werk, vrije tijd);
- Het ontwikkelen van een hoopvol toekomstperspectief dat recht doet aan blijvende beperkingen én mogelijkheden;
- Het vergroten van kwaliteit van leven en gevoel van grip, doordat hun verhaal en netwerk van plekken serieus genomen en zichtbaar gemaakt worden.

Ervaringsdeskundigen beschrijven dat HPM “de luiken opent”, snel overzicht geeft en direct de kern raakt, waardoor zij zich serieus genomen voelen:

“Interessant hoe je al via een paar vragen de diepte in gaat.”

“Verbaasd hoe snel je overzicht krijgt.”

“Bij mij gingen de luiken wel open.”

“Je voelt je direct serieus genomen.”

“Het spannende deel werd direct blootgelegd, kon ik niet meer omheen, en dat was goed.”

Zie ook <https://homeplacemaking.nl/>

De implementatie van de HPM-training zal ertoe leiden dat dit soort positieve ervaringen een structureel onderdeel worden van de zorgpraktijk voor mensen met NAH en hun naasten.

HOOFDSTUK 2 Over de training

2.1 De opbouw van de training

De HPM bestaat uit 5 bijeenkomsten waarvan de eerste voor 4 uur en de andere vier voor 2,5 uur gepland staan. De tijd tussen de sessies kan variëren van 2 tot 3 weken. Tussentijds wordt van de deelnemers verwacht dat ze opdrachten doen en met een buddy -een andere deelnemer van de training- hun ervaringen met de oefeningen bespreken (intervisie). In tabel:

Sessie	Onderwerp	Duur
Sessie 1	HPM-introductie, plekkenkaart, HPM-werkraam, herstelconcept	4 uur (excl. lunch)
Sessie 2	Presentie, oefenen met ervaringsdeskundigen	2,5 uur
Sessie 3	HPM en het familiesysteem	2,5 uur
Sessie 4	Plaatsidentiteit, oefenen met ervaringsdeskundigen	2,5 uur
Sessie 5	Integratie	2,5 uur

In dit handboek staat per sessie beschreven:

- Achtergrondinformatie
- Leidraad voor het uitvoeren van de trainingssessie
- Beschrijvingen van en instructies bij de oefeningen
- Mogelijkheden voor variaties in de uitvoering
- Pdf van de PowerPoint
- Benodigde materialen

2.2 Deelnemersopdrachten en buddy gesprekken

De deelnemers worden in de eerste bijeenkomst uitgenodigd om voor zichzelf leerdoelen te benoemen die als leidraad dienen in hun eigen reflecties over het geleerde vanuit de training en de opdrachten tussendoor. Van de deelnemers aan de training wordt verwacht dat ze zichzelf voorbereiden per sessie. Ze krijgen hiervoor door de trainer het materiaal en de opdrachten uitgereikt. Naast een inhoudelijke voorbereiding gaan de deelnemers in hun eigen praktijk gericht oefenen met datgene wat in de training behandeld is.

In de eerste bijeenkomst vormen de deelnemers koppels (of maximaal één drietal bij een oneven aantal deelnemers) waarmee ze tussen de trainingsbijeenkomsten een gesprek hebben over de praktijkoefening. Hierbij is het de bedoeling dat ze beide aan bod komen, ofwel in een gesprek ofwel in twee aparte gesprekken. Deze gesprekken hebben een intervisie karakter. De instructie [Sessie 1 slide 5] over deze gesprekken die ze krijgen is als volgt:

- Het gesprek gaat over jou, HPM en wat je wilt leren als professional.
- Blijf zo lang mogelijk weg van adviezen.
- Stel nieuwsgierige open doorvraag-vragen. Bijvoorbeeld: wie waren erbij betrokken, wat voelde/dacht je daarbij, waar kwam dat vandaan, welke uitdaging zit hierin voor jou?

- Of stel krachtige vragen zoals bijvoorbeeld: wat gebeurt er als je niets doet, wie heeft het meeste last van dit, wat gebeurt als je nog meer van dit gaat doen, stel het is klaar welk probleem heb je dan opgelost, wat mis je het meest als iemand dat doet?
- Gebruik HPM als denkraam en taal.
- Eindig met een wrap-up. Bijvoorbeeld: wat neem je mee uit dit gesprek.
- Neem de tijd om het gesprek te voeren en bereid je voor op wat je wilt bespreken. Wissel bewust de beurt af, of plan een 2e gesprek om de ander aan bod te laten komen.
- Verzamel vragen die in jullie gesprekken opkomen voor de volgende trainingssessie.

2.3 Rol en meerwaarde van ervaringsdeskundigheid in de training

Professioneel opgeleide ervaringsdeskundigen hebben een rol gespeeld bij het ontwikkelen van de HPM-tool en ook in de training spelen ze een belangrijke rol. Zij zijn opgeleid om hun ervaringen met NAH in te zetten, om bij anderen een beter en dieper begrip van een leven met NAH te bewerkstelligen. Zij hebben niet alleen de ervaring van een leven met NAH: het is doorleefd, doorgewerkt, gereflecteerd en ontwikkeld tot vormen van kennis en vaardigheid die worden ingezet ten behoeve van het leerproces van anderen. Deze vorm van ervaringsdeskundigheid is een structureel onderdeel van de manier waarop het werken met HPM wordt geleerd. Het leereffect voor de deelnemers aan de training wordt versterkt doordat ze direct oefenen met deze ervaringsdeskundigen en feedback en ondersteuning van hen krijgen op hun presentie, hoe vragen landen en waar de HPM-tool helpt of juist vermoeiend wordt. Ze werken dus niet met 'casuïstiek op papier' maar met echte levensverhalen waarin het herstelproces, plaatsidentiteit en familiesystemen vaak concreet en inzichtelijk worden.

2.4 Gebruik van het trainingsmateriaal

Al het bijgevoegde materiaal is bedoeld om te gebruiken. Je kunt dit als trainer naar je hand zetten, maar er zijn een paar spelregels.

- Je houdt je aan de volgorde van de onderwerpen. Je kunt wel variëren in de planning met de lengte van de sessies als dit beter bij jouw groep past.
- Je zet professionele ervaringsdeskundigen in bij sessie 2 en 4.
- Leerdoelen uit de leidraad per sessie zijn heilig. Je kunt andere oefeningen inzetten mits die het leerdoel van het betreffende onderdeel ook dienen.
- Je gebruikt de templates van de PowerPoint inclusief de daarin gebruikte huisstijl, logo's en referenties. Hiermee doe je recht aan alle organisaties en mensen die bij de ontwikkeling van de tool en deze training hun inspanningen hebben geleverd. Je kunt wel je eigen logo toevoegen.
- Je kunt de deelnemers vragen hun plekkenkaarten die ze maken tijdens hun oefeningen tussen de trainingssessies door aan jou op te sturen. Deze kun je in de PowerPoint verwerken voor de volgende keer als illustratie bij het bespreken van de ervaringen en vragen. In de bijgeleverde PowerPoints vind je voorbeelden hiervan. Deze kun je vervangen. Het blijkt dat het zien van elkaars plekkenkaarten en de bijbehorende verhalen heel inspirerend zijn voor de deelnemers. Het geeft jou als trainer de gelegenheid om te benadrukken dat er geen goed of fout is, dat de perfecte plekkenkaart niet bestaat en dat de plekkenkaarten heel persoonlijk zijn in de gesprekken die de deelnemers met hun cliënten voeren.
- Je kunt het vloerkleed lenen of bestellen via de RuG (secredemography@rug.nl). Dit kun je elke sessie in het midden van de kring leggen.

2.5 Wat vraagt het geven van de training van HPM-trainers?

HPM-trainer zijn betekent méér dan een programma draaien; je bent ambassadeur van het gedachtegoed én vormgever van een veilig, uitdagend leerklimaat. Dit vraagt het volgende.

2.5.1 Inhoudelijke verankering

- Grondige kennis van HPM-raamwerk, tools en achterliggend actieonderzoek;
- Eigen ervaring met werken met HPM in de praktijk in kunnen zetten;
- Kunnen vertalen van theorie naar herkenbare casuïstiek uit NAH-zorg.

2.5.2 Didactische en coachende vaardigheden

- Creëren van een veilig leerklimaat met duidelijke afspraken, ruimte voor kwetsbaarheid en experiment;
- Doelgericht inzetten van werkvormen, heldere introducties en afrondingen, en steeds terugkoppelen naar de leerdoelen van deelnemers en de bedoeling van de training;
- Een waarderende, coachende houding: meer vragen stellen dan oplossen, eigenaarschap van deelnemers aanspreken, goed omgaan met feedback en eigen valkuilen.

2.5.3 Groeps- en procesleiding

- Bewaken van tijd, structuur en voortgang, terwijl je flexibel inspeelt op wat zich in de groep aandient;
- Aandacht voor zowel individuele als groepsprocessen; omgaan met verschillen in organisatie, functie en ervaring zodat iedereen kan leren.

2.5.4 Persoonlijke houding en netwerkrol

- Empathie, zelfreflectie, improvisatievermogen en kunnen parkeren van eigen oordelen;
- Bereidheid om deel te nemen aan leertrajecten, intervisie en supervisie, en actief bij te dragen aan doorontwikkeling van de training en het trainersnetwerk.

Dit handboek ondersteunt (potentiële) HPM-trainers om deze rol stap voor stap te ontwikkelen: als deskundige gebruiker van de methodiek, als begeleider van leerprocessen én als ambassadeur van Home & Placemaking voor mensen met NAH en hun naasten.

2.5.5 Sessie 3 Het familiesysteem

Deze sessie vraagt van de trainer inzichten en ervaring met de basis van het systemisch kijken naar families. Zonder deze kennis en ervaring kun je deze sessie beter overslaan.

2.6. Didactisch kader voor de HPM-training

Deze paragraaf beschrijft een wetenschappelijk onderbouwd didactisch kader voor het aanleren van nieuwe concepten als het HPM-werkraam en bijbehorend gedrag in trainingen. Dit wetenschappelijk onderbouwde HPM-werkraam geldt als uitgangspunt voor het vertalen naar concreet gedrag in de eigen professionele context van de deelnemers. Het kader

verbindt inzichten uit de sociaal-culturele leerpsychologie van Vygotsky en Galperin met principes van effectieve didactiek en met Bloom's taxonomie als hulpmiddel voor het formuleren van leerdoelen en leeractiviteiten (bijv.: Vygotsky, L.S., 1978; Arievidt, I.M., & Haenen, J.P.P., 2010; Anderson, L.W., & Krathwohl, D.R., 2001).

2.6.1. Didactische basis

Een goed onderbouwde didactiek voor het leren van nieuwe concepten en de vertaling naar en toepassing van gedrag bestaat uit een combinatie van expliciete instructie, activering van voorkennis, stapsgewijze oefening, gerichte feedback en herhaalde toepassing in betekenisvolle contexten (Surma, T. et. al., 2019). Onderwijskundige syntheses laten zien dat mensen die iets nieuws leren deze kennis beter verwerken wanneer nieuwe informatie wordt gekoppeld aan bestaande kennis (in deze training de beroepspraktijk vanuit verschillende beroepsrollen), wanneer complexe leerinhouden worden opgebroken in overzichtelijke stappen en wanneer regelmatig wordt geoefend met ophalen, toepassen en variëren. Wij zien het HPM-werkraam als een complex en overstijgend concept en hiermee als een verbindend en beroepsrollen overstijgend kader. Vertaald naar de training hebben we de stof stap voor stap omgezet in oefen-, reflectie- en toepasmenten.

Voor het leren van gedrag gelden vergelijkbare principes. Nieuw gedrag wordt beter verworven wanneer het concreet wordt voorgedaan, expliciet wordt benoemd, in veilige omstandigheden wordt geoefend en direct van feedback wordt voorzien. Deze veilige omstandigheden worden door de trainer gecreëerd door duidelijk te zijn over de structuur en de doelen en waarderende benadering in de feedback. Daarmee ontstaat een didactiek die niet alleen gericht is op kennisverwerving, maar ook op handelingsbekwaamheid en transfer naar de praktijk.

2.6.2. De waarderende benadering

Centraal in de houding van de trainer is de waarderende benadering; ook wel appreciative inquiry genoemd (bijvoorbeeld in: Cooperrider, D.L. & Srivastva, S., 1987). Door waarderend te communiceren en feedback te geven, stimuleren we het zelf oplossend vermogen van de deelnemers. Dit draagt eraan bij dat de veranderingen in de interventies beter worden volgehouden. Daarnaast vergroot het het creëren van een psychologisch veilige leeromgeving met erkenning, respect en nieuwsgierigheid. Dit is een voorwaarde om te experimenteren met nieuw gedrag (o.a. Edmondson, A., 1999).

2.6.3. Vygotsky en leren in interactie

De leerpsychologie van Vygotsky biedt voor aanpak in de training een belangrijk fundament. Volgens Vygotsky vindt leren plaats in sociale interactie en ontwikkelt een lerende zich optimaal in de zone van naaste ontwikkeling: het gebied tussen wat iemand zelfstandig kan en wat met begeleiding mogelijk wordt (Vygotsky, L.S., 1978). Hier spelen wij op in onze training wanneer de trainer waarderende ondersteuning biedt in de vorm van uitleg, modeling, vragen, taal en feedback, waarna deze steun geleidelijk wordt afgebouwd.

Taal speelt in deze benadering een centrale rol. Door in de training samen hardop te denken, handelingen te verwoorden en betekenissen te bespreken -bijvoorbeeld aan de hand van casuïstiek-, worden externe sociale processen geleidelijk omgezet in innerlijke mentale processen. Dit principe sluit rechtstreeks aan bij didactische werkvormen zoals begeleide

instructie, samenwerkend leren, reflectiegesprekken en oefensituaties waarin deelnemers hun keuzes onder woorden brengen.

2.6.4. Galperin en stapsgewijze vorming

Galperin werkte de ideeën van Vygotsky verder uit in zijn theorie over de trapsgewijze vorming van mentale handelingen. In deze benadering doorloopt leren een aantal samenhangende fasen: een oriëntatiefase, een materiële of gematerialiseerde fase, een verbale fase en uiteindelijk een innerlijke mentale fase waarin de handeling zelfstandig en verkort kan worden uitgevoerd. Deze theorie is bijzonder bruikbaar voor trainingen waarin niet alleen kennis, maar ook nieuw gedrag moet worden geleerd. In de oriëntatiefase wordt duidelijk gemaakt wat het doel van de handeling is, welke stappen nodig zijn en waarop gelet moet worden. Daarna volgt oefening met concrete voorbeelden, materialen of situaties, vervolgens hardop benoemen en begeleiden van de stappen, en pas daarna een meer zelfstandige en geautomatiseerde uitvoering in de eigen praktijk. Deze opbouw ondersteunt deelnemers om gedrag niet alleen na te bootsen, maar werkelijk te begrijpen, te reguleren en in nieuwe situaties toe te passen. In de training brengen we niet alleen nieuwe ideeën over, maar zetten in op het stapsgewijs omzetten in en oefenen met nieuw professioneel gedrag.

2.6.5. Koppeling met hedendaagse didactiek

Veel hedendaagse principes van effectieve didactiek in de training kunnen worden gezien als praktische vertalingen van Vygotsky en Galperin. Het activeren van voorkennis en het expliciteren van leerdoelen sluiten aan bij Galperins oriëntatiefase. Expliciete instructie, worked examples en het tijdelijk overnemen van cognitieve belasting door de trainer (bijvoorbeeld door het overzichtelijke werkraam te laten zien en voorbeeld zinnen te gebruiken) passen bij Vygotsky's idee van leren in de zone van naaste ontwikkeling.

Ook actieve verwerking heeft in dit theoretisch kader een duidelijke plaats. Hardop denken, samen problemen oplossen, met en op elkaar oefenen en begeleide toepassing corresponderen met Galperins verbale fase en met Vygotsky's nadruk op taal en dialoog als motor van ontwikkeling. Directe formatieve feedback (tops en tips), herhaalde oefening en transferopdrachten (bijvoorbeeld door het uitwerken van opdrachten met een buddy) ondersteunen vervolgens de internalisatie en generalisatie van het geleerde in de eigen beroepspraktijk.

2.6.6. Plaats van Bloom's taxonomie

Bloom's taxonomie gebruiken we binnen dit kader als richtsnoer voor de opbouw van de training en om leerdoelen, werkvormen en evaluatie op verschillende niveaus van cognitieve complexiteit te ordenen (Anderson, L.D & Krathwohl, D. 2001). De taxonomie onderscheidt niveaus zoals onthouden, begrijpen, toepassen, analyseren, evalueren en creëren. Daarmee beschrijft Bloom niet primair hoe leren psychologisch verloopt, maar welk type cognitieve activiteit in een bepaalde fase van het leerproces wordt nagestreefd. De conceptuele gelaagdheid van het HPM-werkraam vraagt om deze nuance in de opbouw en de uitvoering van de training. Bloom vormt daarmee een bruikbare aanvulling op Vygotsky en Galperin. Waar Vygotsky en Galperin vooral verklaren hoe leren via begeleiding, taal en stapsgewijze internalisatie tot stand komt, helpt Bloom om leerdoelen en opdrachten systematisch op te bouwen in cognitieve complexiteit.

2.6.7. Relevantie samengevat voor de HPM-training

Voor een training gericht op nieuwe concepten en bijbehorend gedrag betekent dit dat leeractiviteiten idealiter starten met het activeren van voorkennis, het verhelderen van kernbegrippen en wat dit expliciet betekent voor gedrag in de praktijk. Vervolgens worden deelnemers begeleid in concrete oefening, hardop redeneren, uitproberen en bijstellen, binnen een veilige leeromgeving waarin feedback onmiddellijk beschikbaar is. Deze psychologische veiligheid wordt mede bewerkstelligd door de waarderende aanpak van de trainer.

Daarna verschuift de training naar meer zelfstandige toepassing in gevarieerde praktijksituaties, zodat het geleerde niet beperkt blijft tot de trainingscontext maar overdraagbaar wordt naar de eigen beroepspraktijk van de deelnemer. Deze combinatie van sociaal-culturele leerpsychologie, stapsgewijze vorming van handelingen en doelgerichte opbouw in cognitieve niveaus biedt een stevig theoretisch fundament voor het ontwerp en de verantwoording van de training.

HOOFDSTUK 3 Trainingssessie 1 HPM-introductie, plekkenkaart en herstelconcept

3.1 Inleiding

De eerste trainingssessie staat in het teken van kennis maken van de deelnemers onderling als basis voor het scheppen van een veilig leerklimaat. Daarnaast maken de deelnemers kennis met Home & Placemaking en het persoonlijk herstelconcept.

3.2 Algemene doelen

De doelen van deze bijeenkomst zijn:

- Kennismaking tussen deelnemers van de training en trainer(s) en creëren van een veilig leerklimaat.
- Deelnemers kennen de basis van het HPM-denk- en werkraam (plekken, toen-nu-straks, fysiek–sociaal–persoonlijk).
- Deelnemers hebben ervaren wat betekenisvolle plekken in hun eigen leven en werk betekenen.
- Deelnemers begrijpen wat een plekkenkaart is en hoe deze wordt gebruikt met cliënten.
- Deelnemers zijn voorbereid op opdracht 1 en op het werken met een buddy.

Om je goed voor te kunnen bereiden volgen in de volgende paragrafen de achtergrondinformatie over Home & Placemaking en het persoonlijk herstelconcept. Je vindt ook de leidraad voor de trainingssessie en de benodigde bijlagen.

3.3 Wat is Home & Placemaking? [Sessie 1 slides 8-17]

3.3.1 Home & Placemaking

Home & Placemaking (HPM) is een sociaal-ruimtelijk geïnspireerde benadering die helpt om levens van mensen na niet-aangeboren hersenletsel (NAH) te begrijpen en te ondersteunen vanuit de plekken waar het dagelijks leven zich afspeelt, in plaats van vanuit klachten en beperkingen.

Een kernidee uit de geografie is dat wie je bent (je identiteit) nauw verbonden is met waar je bent: huis, buurt, werk, supermarkt, bos of favoriete café dragen allemaal bij aan je gevoel van thuis en aan wie je daar bent (plaatsidentiteit). HPM vertaalt deze theorie naar de praktijk van NAH door niet langer het “lichaam met beperkingen” als uitgangspunt te nemen, maar een netwerk van betekenisvolle plekken vóór, tijdens en na de gebeurtenis die het leven ontworpen te stellen (Meijering & Lettinga, 2019; Lettinga et al., 2021).

De kern van HPM is dat herstel en identiteitsontwikkeling vooral plaatsvinden in de alledaagse leefomgeving – achter de voordeur, op het werk, in de buurt en in de vrije tijd – en niet alleen binnen de muren van de revalidatiekliniek. Het verborgen leed na revalidatie blijft achter de voordeur: sociale isolement, vitaliteitsverlies of somberheid als gevolg van het ervaren ‘zwarte gat’. Daarom ondersteunt HPM mensen stap voor stap, plek voor plek, om hun leven opnieuw vorm te geven en zich (weer) thuis te voelen in een veranderd bestaan door een verschuiving van de focus op een lichaam met beperkingen naar een netwerk van belangrijke en betekenisvolle plekken.

3.3.2 De drie dimensies van het thuisgevoel [sessie 1 slide11]

Als je getroffen wordt door NAH verandert er veel in je leven. Je lichaam en je identiteit -wie je kunt en wilt zijn- veranderen, maar je huis blijft vaak hetzelfde. En toch voelt dit huis vaak niet meer als thuis. In de home making theorie onderscheiden we drie dimensies van thuis:

- **Fysieke** huis: hieronder verstaan we de gebouwde omgeving, ontwerp, en inrichting. Ons huis is bijvoorbeeld ingericht met spullen die voor ons betekenis hebben, zoals een comfortabele stoel of een foto van een dierbare. Op deze gebouwde of fysieke plekken ontwikkelen we routines. Bijvoorbeeld onze ochtendroutine: douchen, ontbijten en een kopje koffie. Routines kosten vaak veel meer tijd met NAH.
- **Sociale** huis: relaties met andere mensen die in het huis wonen of bij deze plek horen. Bijvoorbeeld in je eigen huis met je gezinsleden of mensen die daar op bezoek komen. Of relaties met vrienden en collega's, die je bijvoorbeeld ontmoet in de sportschool of op je werk. De sociale contacten die je op deze plekken hebt geven en ontvangen (emotionele) steun of informele zorg.
- **Persoonlijke** huis: door de fysieke ruimte, de spullen die er zijn, de routines die je daar opbouwt en de sociale relaties die je daar hebt, krijgt het persoonlijke huis betekenis. Het wordt een plek waar je jezelf kunt zijn, een veilig, bekend punt in je leven (Tanner et al., 2008). Daarom is 'thuis' een deel van onze identiteit.

In het geval van NAH: het lichaam en wie ze zijn veranderen, maar de dimensies van hun huis blijven hetzelfde; soms voelt een huis dus ook niet meer als thuis. Het idee en de dimensies van thuis is niet alleen van toepassing op ons huis, maar ook op andere plekken die voor ons belangrijk zijn, zoals ons werk, de supermarkt, of het bos.

3.3.2 De casus Mary en de plekkenkaart [sessie 1 slides 12-16]

De casus Mary dient als voorbeeld hoe een plekkenkaart het leven van iemand met NAH inzichtelijk maakt. Mary is 36 jaar en wordt getroffen door een beroerte. Haar leven speelt zich af op plekken zoals thuis, werk, en binnenstad – lange werkdagen, even snel boodschappen doen, afspreken met vrienden. Haar identiteit wordt gevormd door de wens en inzet om carrière te maken, en een goede vriendin te zijn. Daarom werkt ze veel én onderhoudt ze veel en nauwe sociale relaties.

Net na het NAH, in de revalidatiefase, bleef werk een belangrijke plek, maar Mary liep daarin vast. Ze had moeite haar werk goed te organiseren en uit te voeren, en ervoer weinig begrip van collega's en leidinggevende. Thuis werd de woonkamer een plek waar zij met hulp van de fysiotherapeut het leven weer oppakte. Op andere plekken, zoals in het café, kon ze niet goed functioneren vanwege de vele prikkels, en daardoor werd haar sociale netwerk heel klein.

Plek voor plek kreeg Mary weer grip op haar leven, behapbaar en in kleine stapjes. Ze ontwikkelde ze nieuwe routines en een voorspelbare dagindeling. Naar de supermarkt ging ze bijvoorbeeld met een per gangpad gestructureerd boodschappenlijstje en met een koptelefoon op, om prikkels te beperken. Door de winkel dwalen op zoek naar de beste koopjes kon niet meer. Haar sociale contacten plande Mary in, want onverwacht bezoek ontvangen kon niet meer. Het werk kon ze in aangepaste vorm weer oppakken, waarbij ze taken kreeg die ruim van tevoren ingepland konden worden en waarbij weinig onverwachte of snelle deadlines en veranderingen optraden. Haar identiteit is veranderd van een actief en spontaan persoon met veel sociale contacten, in iemand die leeft volgens vaste routines en met een veel kleiner sociaal netwerk. Dit heeft haar ook dingen opgeleverd, ze kan nu bijvoorbeeld genieten van een rustmoment in het zonnetje op een bankje tijdens een fietstocht, of van het kijken naar de vogels in haar tuin. Voor het hersenletsel nam ze niet de tijd om bij dergelijke dingen stil te staan.

3.4 Waarom is HPM relevant voor mensen met NAH?

Veel mensen met NAH ervaren onzichtbare cognitieve gevolgen zoals extreme vermoeidheid, overgevoeligheid voor prikkels, verlies aan overzicht en identiteitsverwarring, waardoor zij zich niet meer thuis voelen op eerder vertrouwde plekken. Ondanks optimale revalidatie in de kliniek ontstaat thuis vaak een neerwaartse spiraal van energieverlies, sociaal isolement en somberheid; mensen vallen gemakkelijk “tussen wal en schip” (Lettinga et al., 2021). HPM biedt hier een ander perspectief op door:

- het leven van mensen in kaart te brengen met persoonlijke plekkenkaarten (place mapping), waarop prettige, moeilijke, verloren en gewenste plekken zichtbaar worden in samenhang (toen–nu–straks);
- gesprekken te voeren over verlies, thuisgevoel, rollen en routines op die plekken (HPM-coaching), en samen te zoeken naar haalbare experimenten om belangrijke plekken je weer (of anders) eigen te maken;
- mensen zelf te laten bepalen op welke plek(ken) zij als eerste iets willen veranderen, zodat eigenaarschap en regie over het eigen leven worden versterkt (Meijering & Lettinga, 2019; Lettinga et al., 2021; slide 17).

Voor mensen met NAH betekent dit dat hun vaak moeilijk uit te leggen dagelijkse worstelingen – bijvoorbeeld met boodschappen doen, werken, vrienden ontmoeten of familie ontvangen – concreet en bespreekbaar worden, en dat er ruimte ontstaat voor kleine, betekenisvolle stappen die passen bij hun energieniveau en grenzen.

3.4.1 Waarom zijn zorgprofessionals hierin zo belangrijk?

HPM is ontwikkeld als praktische leidraad (HPM-werkraam [sessie1 slide 19]) voor zorgprofessionals die werken met mensen met NAH en andere kwetsbare groepen. In het actieonderzoek rond HPM bleek dat NAH-getroffenen na ontslag uit de kliniek behoefte hebben aan één verbindende professional en een samenhangend kader dat verder reikt dan losse indicaties en domeinen.

Zorgprofessionals vervullen in HPM een cruciale rol door:

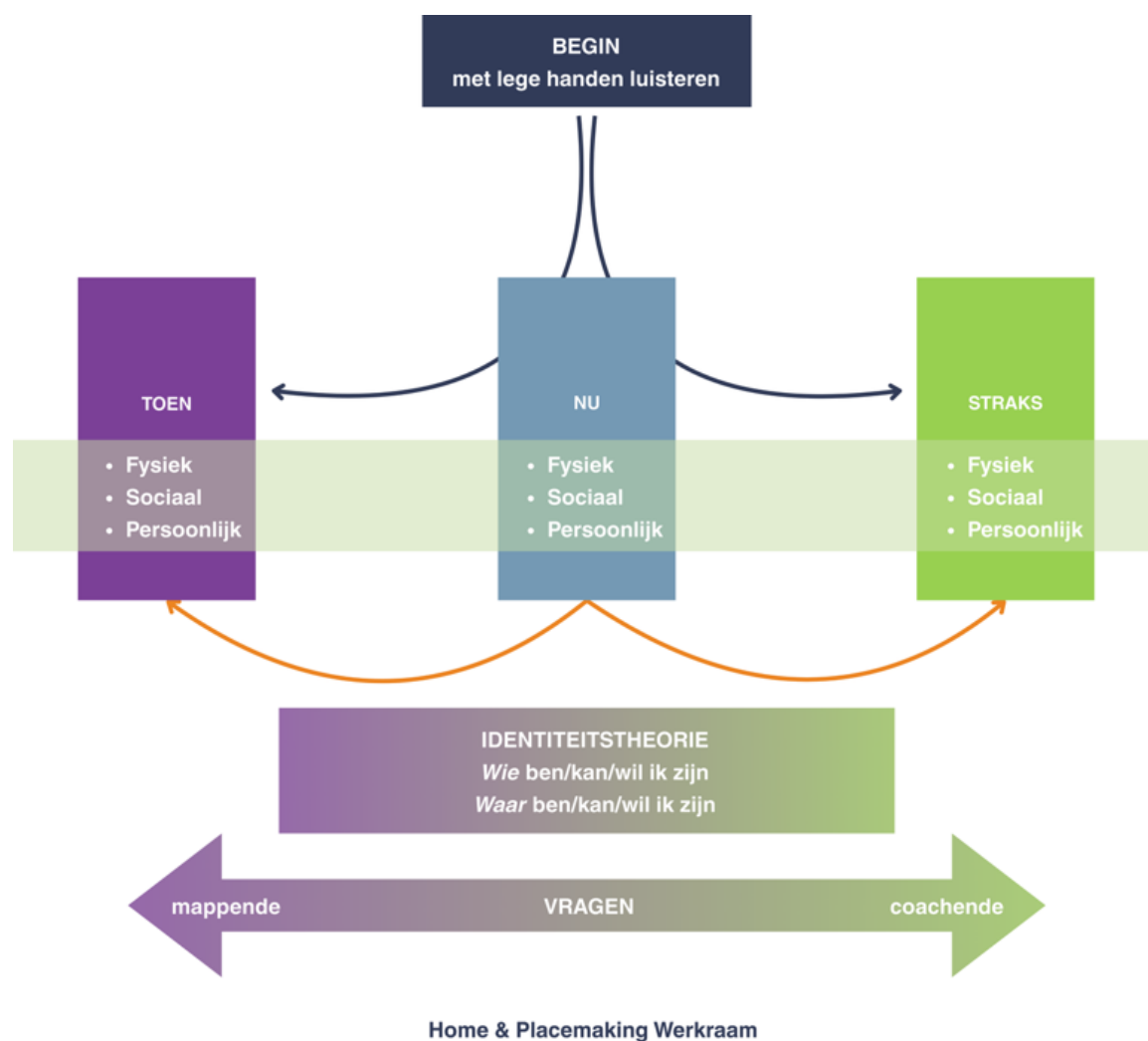
- met “lege handen” te luisteren en een vertrouwensrelatie op te bouwen, zonder het oordeel van zelfredzaamheid of de druk van snelle oplossingen;

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

- samen met de persoon met NAH (en naasten) plekkenkaarten te maken en te actualiseren, en met mappende en coachende vragen te helpen reflecteren op wat belangrijk is, waar spanning zit en waar ruimte ligt;
- als gelijkwaardige sparringpartner het proces te volgen over de tijd, dwars door settingen heen (bv. kliniek, thuis, werk, wijk), en zo bij te dragen aan continuïteit en samenhang in de ondersteuning.

Zo wordt HPM zowel een theoretisch onderbouwd raamwerk als een concrete tool voor de dagelijkse praktijk: het verbindt ruimtelijke en revalidatiewetenschappen met de leefwereld van mensen met NAH en helpt zorgprofessionals om samen met hen van huis weer een thuis te maken.

Dit kan door middel van het tekenen van plekkenkaarten en in het gesprek navigeren in het werkraam (Figuur 1). Dit is wat de deelnemers leren in de training.



Figuur 1 Het Home & Placemaking Werkraam

Voor aanvullende praktische informatie en voorbeelden van mappende en coachend vragen:
<https://homeplacemaking.nl/professionals/hpm-methodiek/>

3.5 Persoonlijk herstelconcept [sessie 1 slides 24-30]

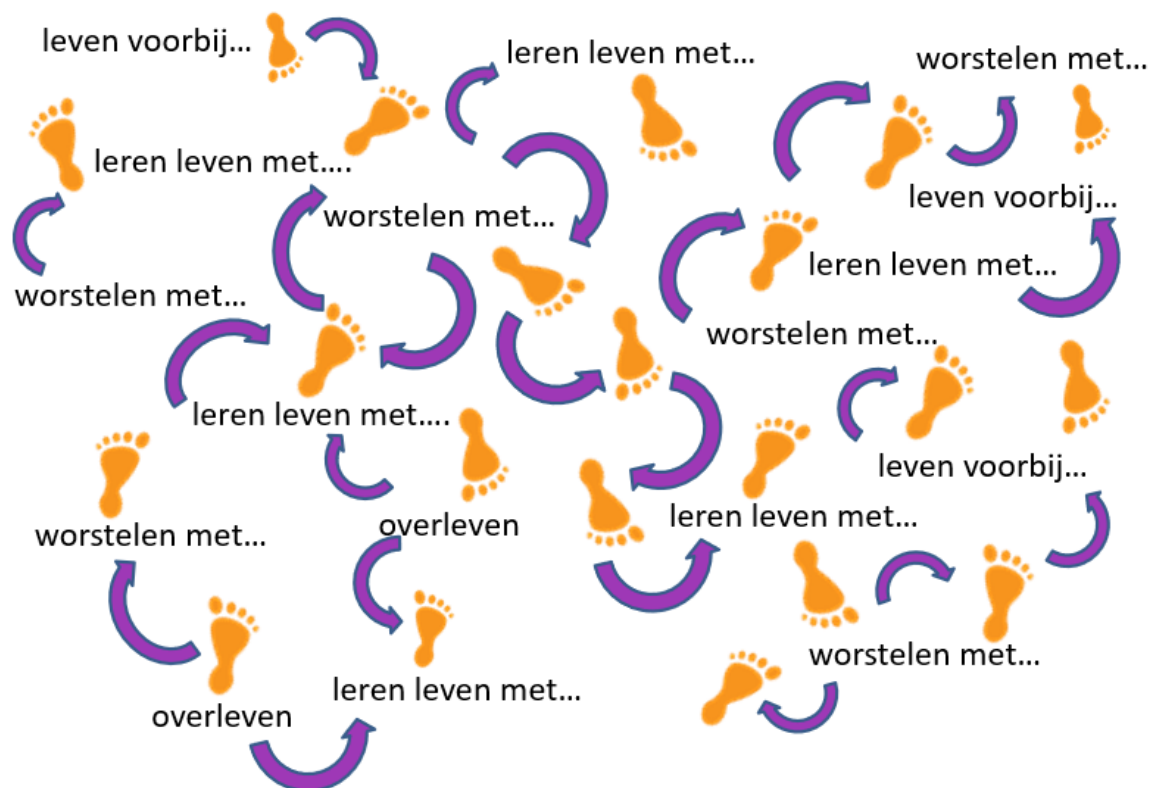
Het persoonlijk herstelconcept dient als een onmisbare laag onder HPM voor mensen met NAH. Herstel wordt beschreven als een diepgaand, persoonlijk proces van verandering, groei en het hervinden van regie na een ontwrichtende gebeurtenis, met een kronkelig verloop van vallen en opstaan – of in de woorden uit het materiaal: “van vallen en opstaan naar struikelen en doorgaan”.

Deze invalshoek helpt de deelnemers van de training de verschuiving te maken van “patiënt en ziekte” naar “persoon en herstel”. Waar revalidatiegeneeskunde zich richt op meetbare vooruitgang in functies, legt het persoonlijk herstelconcept de nadruk op identiteit, betekenis, hoop en verbondenheid in het dagelijks leven.

Herstel ondersteunend werken betekent vragen stellen in plaats van antwoorden en oplossingen geven. HPM sluit hier naadloos op aan doordat het leven na NAH in kaart gebracht wordt aan de hand van voor de cliënt betekenisvolle plekken. Op deze manier maakt de HPM-coach zichtbaar hoe herstel zich fysiek, sociaal en persoonlijk op verschillende plekken ontvouwt.

3.5.1 Kern van het persoonlijk herstelconcept

Herstel gaat niet over fysiek genezen, maar over weer betekenis vinden in het leven na een ontwrichtende gebeurtenis. Dit is een uniek persoonlijk proces waarin iemand, met vallen en opstaan, leert omgaan met wat er is gebeurd. In de uitwerking voor sessie 1 worden vier fasen van herstel onderscheiden: overweldigd zijn, worstelen met de gevolgen, leren leven met en leven voorbij de gebeurtenis (Van Weeghel et. al., 2025). Belangrijk is dat deze fasen niet lineair zijn; mensen bewegen heen en weer, en kunnen op verschillende levensgebieden in verschillende fasen zitten (Figuur 2). [slide 26]



Figuur 2 Het heen en weer bewegen in de fasen van herstel

Daarnaast worden meerdere, onderling verweven aspecten van herstel benoemd, die ook via HPM terug kunnen komen:

- herstel gezondheid: dagelijks functioneren, vaardigheden;
- herstel maatschappelijk: rollen, participatie en zingeving;
- herstel sociaal: relaties, steun en verbinding;
- herstel persoon: identiteit (wie ben ik nu?), hoop betekenis;

Beweging op één aspect beïnvloedt de andere aspecten. Wat via een plekkenkaart concreet zichtbaar wordt (bijvoorbeeld: weer contact met vrienden op een bepaalde plek) kan motivatie en zelfvertrouwen op andere plekken vergroten. Dit is hoopvol en kan bijdragen aan vernieuwde betekenis van belangrijke plekken.

3.6. De training **SESSIE 1**

3.6.1 *Doel en resultaat van de sessie*

- Kennismaking tussen deelnemers van de training en trainer(s) en creëren van een veilig leerklimaat.
- Deelnemers kennen de basis van het HPM-denken- en werkraam (plekken, toen-nu-straks, fysiek–sociaal–persoonlijk).
- Deelnemers hebben ervaren wat betekenisvolle plekken in hun eigen leven en werk betekenen.
- Deelnemers begrijpen wat een plekkenkaart is en hoe deze wordt gebruikt met cliënten.
- Deelnemers zijn voorbereid op opdracht voor de volgende keer en op het werken met een buddy.

3.6.2 *Vorbereiding door de trainer*

- Bestudeer leidraad en slides van sessie 1.
- Maak je vertrouwd met de landkaart-oefening en het HPM-werkraam.
- Stem af met de ervaringsdeskundige over het ervaringsverhaal (duur, focus, veiligheidsafspraken).
- Bereid enkele verdiepende vragen voor voor plenaire nabesprekingen.
- Informeer deelnemers over de voorbereiding voor de trainingssessie ongeveer 2-3 weken van tevoren. Je stuurt hiervoor een uitnodiging met korte uitleg over de training en de rol van HPM in de organisatie. Je verzoekt om vooraf de basisinformatie over HPM op de website te lezen en om na te denken over een situatie uit de eigen praktijk waarin HPM behulpzaam zou kunnen zijn.

3.6.3 *Rol van de trainer in sessie 1*

- Je creëert vanaf het begin een veilig leerklimaat en benoemt de werkafspraken expliciet.
- Je verbindt ervaringen uit oefeningen en verhaal met het HPM-werkraam.
- Je modelleert presentie: aandachtig, niet-oordelend, ruimte gevend.
- Je vraagt waarderend door.
- Je bewaakt tijd en participatie van alle deelnemers.

3.6.4 *Materialen sessie 1*

- Slides sessie 1.
- HPM-werkraam (vloermat, poster en/of slide).
- Instructies oefeningen.
- Stiften en/of kleurpotloden en A3 papier.

3.6.5 *Bijlagen*

- Leidraad sessie 1 tabel 1
- Slides sessie 1 PowerPoint en pdf
- Voorbereiding deelnemers:
 - Lettinga et al., Werken vanuit plekken in het echte leven. Een kansrijk sociaal-ruimtelijk raamwerk. TSG Tijdschr Gezondheidswet (2021) 99:30 <https://doi.org/10.1007/s12508-020-00286-4>
 - www.homeplacemaking.nl

3.6.6 Leidraad sessie 1 per onderdeel (tijden zijn indicatief) zie ook tabel 1

1 Welkom, kennismaking en leercontract (max 30 minuten)

- Introductie trainers en deelnemers, korte ronde met naam, functie, organisatie, ervaring met NAH en/of HPM.
- Uitleg doel van de training, globale lijn van de vijf sessies, werkvormen, rol van de buddy.
- Gezamenlijk formuleren van werkafspraken (veilig leerklimaat, vertrouwelijkheid, respect, grenzen, storingen gaan voor, “fouten maken mag”).
- Ophalen van individuele leerdoelen; trainer verbindt deze expliciet aan de doelen van de training (mondeling leercontract).

2 Eigen ervaring met betekenisvolle plekken “Landkaart” [sessie1 slide 7]

Instructie Landkaart-oefening ‘ervaring met plekken’ (ca. 40 min. + 10 min nabespreken: 10 minuten per ronde)

- *Je nodigt iedereen uit om te gaan staan. De ruimte wordt ingericht als denkbeeldige kaart van Nederland (of breder, afhankelijk van de groep).*
- *Deelnemers positioneren zich achtereenvolgens per ronde op:*
 - *de plek waar zij het grootste deel van hun jeugd doorbrachten;*
 - *de plek van hun belangrijkste opleiding;*
 - *een plek die belangrijk is in hun huidige leven of werk.*
- *Per ronde gaan deelnemers in kleine groepjes (2–3 personen) met elkaar in gesprek aan de hand van vragen die op slide x per ronde verschijnen:*
 - *Wat betekent deze plek voor jou?*
 - *Welke mensen horen bij deze plek?*
 - *Welke rol had of heb jij hier?*

Bij de introductie van de oefening is het belangrijk om aan te geven dat mensen zelf mogen bepalen waar ze wel of niet over willen praten. Niet voor iedereen is het terug kijken naar de plekken in de jeugd of studietijd een fijne herinnering. Geef aan dat ze zich richten op een fijne plek die er wel was.

Als er veel mensen op een kluitje staan, nodig je ze uit om in 3-tallen deze vragen te bespreken. Je loopt gedurende de ronde rond, hier en daar kun je nog verdiepende vragen stellen of bij groepjes waar iemand niet aan bod dreigt te komen te vragen “Hoe zit het met jou?”.

Je onderbreekt de gesprekken om door te kunnen met de volgende ronde. Als er weinig geografische beweging is, vraag je mensen per ronde andere gesprekspartners te kiezen.

- *Plenaire nabespreking: verkennen wat de gesprekken opriepen, welke thema’s terugkwamen (routines, relaties, rollen) en brug naar het HPM-werkraam en home-place making: het leven speelt zich af op plekken die betekenis krijgen.*

Het doel van deze landkaartoefening is om de deelnemers zelf te laten ervaren wat de betekenis van plekken in hun leven is. De ervaring leert dat het aan (fijne) plekken te denken direct een ingang is om een gesprek te hebben. Je komt hiermee direct het leven van de persoon binnen.

3 HPM – wat en waarom (ca. 45 minuten) [sessie 1 slides 8-17]

- Korte, toegankelijke uitleg van achtergrond:
 - herkomst en achtergrond;
 - focus op leven met NAH vanuit betekenisvolle plekken;
 - Casus Mary
- Benadrukken van het **waarom**:
 - aansluiten bij het dagelijks leven van mensen;
 - vergroten van eigen regie en herstel;
 - meer samenhang in het handelen van professionals.
- Ruimte voor vragen, voorbeelden uit de praktijk van de trainers, creëer interactie en maar link naar eigen casuïstiek van deelnemers.

4 Ervaringsverhaal (ca. 10' + korte nabespreking)

Bereid dit voor met de aanwezige ervaringsdeskundige. Het persoonlijk verhaal dient als illustratie van bijvoorbeeld “het zwarte gat” en het plek voor plek voor het leven oppakken. Een ervaringsdeskundige vertelt kort een persoonlijk verhaal rond leven met NAH en betekenisvolle plekken.

Als trainer faciliteer je het luisteren: aandacht voor wat raakt, welke beelden van plekken en relaties doorklinken, wat dit betekent voor hulpverlening.

Korte nabespreking met focus op betekenisvolle plekken en wie de ervaringsdeskundige was en kon zijn op die plekken (identiteit).

5 Introductie HPM-werkraam en plekkenkaart (ca. 15-20 minuten) [sessie 1 slide 19-22]

Gebruik het vloerkleed. Dat kun je vanaf de start al in het midden van de groep leggen. De groep is bij voorkeur in een kring opgesteld zonder tafels ertussen.

- Uitleg van het HPM-werkraam:
 - inhoud van de vakken (fysiek, sociaal, persoonlijk als dimensies van thuisgevoel);
 - toen-nu-straks;
 - samenhang tussen vakken en tijdslijnen.
- Het werkraam dient niet als voorschrijvend model (zo moet het gaan) maar als hulpmiddel om door het gesprek over plekken te navigeren. Je maakt de deelnemers bewust van wat

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

er in een gesprek gezegd wordt en waar je dit kunt plaatsten in het werkraam. Bijvoorbeeld als iemand vertelt dat hij niet meer met vrienden uit eten kan, dat dit gaat over het uit eten gaan als activiteit in een restaurant als plek (fysiek) in gezelschap van vrienden (sociaal) en dat er verdriet of twijfel kan zijn over wie hij dan nog is als vriend (persoonlijk).

- Uitleg hoe een plekkenkaart wordt gebruikt.
 - vastleggen van betekenisvolle plekken uit iemands leven;
 - verbinden met relaties, rollen, activiteiten en gevoelens;
 - inzetten als gesprekstool en als basis voor herstel doelen.

6 oefenen met het maken van een plekkenkaart (ca. 45 min) [sessie 1 slide 21-22]

De ervaring leert dat het maken van een plekkenkaart er eenvoudiger uitziet dan in de praktijk uitgevoerd kan worden. Dit vraagt oefening. Maak dit duidelijk aan de deelnemers. Er is hier geen goed of fout, de perfecte plekkenkaart hoeft niet nagestreefd te worden. Gebruik bij deze oefening de kleurtjes, maar geef ook aan dat het in principe ook met pen of potlood kan als het zo uitkomt in de praktijk.

Mappende vragen stel je vaak in het begin om de plekken in kaart te brengen. In deze oefening ligt daar de focus.

Instructie Oefenen met de plekkenkaart (in tweetallen) (ca. 45 min)

- *Deelnemers werken in tweetallen met eigen ervaringen als uitgangspunt.*
 - *Eén persoon brengt een situatie in, de ander stelt mappende vragen [sessie 1 slide 22] en tekent de plekkenkaart. Daarna wisselen de rollen.*
 - *De trainer benadrukt:*
 - *Het is geen rollenspel, je neemt het eigen leven als uitgangspunt en de ander hoeft zich niet als zorgprofessional op te stellen;*
 - *mappende in plaats van coachende/interventiegerichte vragen;*
 - *tempo van de ander volgen;*
 - *oog hebben voor alle drie dimensies van het thuisgevoel en de tijdslijnen.*
 - *Plenaire nabespreking: wat werkte, waar liepen deelnemers tegenaan, welke vragen roept het op voor de eigen praktijk?*
-

7 Herstelconcept korte introductie (ca. 15 min) [sessie 1 slides 24-30]

- Heel kort introduceren van het herstelconcept en de relatie met HPM; uitgebreidere uitwerking volgt in latere sessies.
- Verduidelijken dat HPM bedoeld is om aan te sluiten bij het persoonlijk herstelproces en dat presentie (wordt in sessie 2 verder verdiept) een basishouding vraagt van “met lege handen luisteren”.

8 Afronding en opdracht 1 (ca. 15 min) [sessie 1 slide 32]

Uitleg van **opdracht voor de volgende keer**:

- In de eigen praktijk: oefen met minimaal één persoon een plekkenkaart.
- Met de buddy: reflecteer samen op persoonlijke en professionele dilemma's als HPM-coach, de accenten die je hebt gelegd (fysiek, sociaal, persoonlijk, toen-nu-straks) en de vragen die je stelde.
- Bestudeer de achtergronddocumenten (herstelconcept, presentiefilosofie en eventueel extra materialen).

Als trainer begeleid je de afronding door de deelnemers de vraag te stellen: "ik ga naar huis en neem mee..." in één kernzin van een paar woorden.

Daarna geef je ze de gelegenheid om praktische afspraken over wanneer buddy's contact hebben en hoe zij de opdracht voorbereiden.

Tabel 1 Leidraad sessie 1 Tijden zijn indicatief

Titel Sessie 1		HPM introductie, plekkenkaart en herstelconcept	
Onderdeel	Uitwerking		Wie + tijd
Vorbereiding	Website bestuderen: praktijk Lees: Werken vanuit betekenisvolle plekken Doel: voorkennis stimuleren		
Doel en resultaat sessie 1	Doel: Kennismaken en leerdoelen vaststellen Deelnemers zijn bekend met HPM Weten het belang van presentie Weten wat een persoonlijk herstelconcept is Weten van de toen-nu-straks in het werkraam Kennen de betekenis van fysiek, sociaal en persoonlijk in het werkraam		
1 Kennis maken 13.00-13.30 uur	Contact maken Leerdoelen (leercontract) Werkafspraken Opzet van de HPM training Buddy gesprekken Programma van vandaag		@ 30'
2 Ervaring met plekken 13.30-14.10 uur	Landkaart oefening Per ronde 10'		@ 40'

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

	Nabespreken plenair 10' Brug naar volgende onderdeel	
3 HPM Wat en waarom 14.10-14.55 uur	Achtergrond HPM en voorbeelden en Q&A	@ Maximaal 45'
Pauze 14.55-15.10 uur	PAUZE	15'
4 Ervaringsverhaal 15.10-15.20 uur	Ervaringsverhaal Ervaringsdeskundige ter illustratie van HPM	@ 10'
5 HPM werkraam 15.10-15.25 uur	Uitleg HPM werkraam en Q&A Relatie met plekken Verschillende lagen Verschil tussen mappen en coachen Gebruik het vloerkleed	@ 15'
6 Plekkenkaart oefenen 15.25-16.20 uur	Uitgangspunt eigen ervaring van deelnemer Werk in 2-tallen Neem de eigen situatie als uitgangspunt Oefen mappende vragen en het maken van een plekkenkaart Per persoon 15' = 30' Plenair bespreken 15'	@ 45' Allen rondlopen
7 Herstelconcept 16.20-16.40 uur	Introductie Herstelconcept	@ 20'
8 Afronden 16.40-17.00 uur	Ophalen vragen en inzichten van deze sessie: ik ga naar huis en neem mee..... Opdracht 1 toelichten Buddies zelf laten koppelen	Allen 20'

HOOFDSTUK 4 Sessie 2 – Presentie en oefenen met ervaringsdeskundigen

4.1 Inleiding

Sessie 2 verdiept de HPM-methodiek met de presentietheorie van Andries Baart als onderliggende professionele grondhouding. Waar sessie 1 vooral focust op het sociaal-ruimtelijk kijken naar levens (plekken, identiteitsvragen, plekkenkaarten) en het persoonlijk herstelmodel, richt sessie 2 zich op hóe trainers en deelnemers als professionals aanwezig zijn in het contact met hun cliënten.

4.2 Algemene doelen

- Presentie expliciet te verbinden aan HPM als methodiek (HPM-coaching).
- De eigen professionele reflexen (probleemgericht, gelimiteerd in de tijd, protocoldreven) te onderzoeken.
- Concrete handvatten te oefenen om presentie vorm te geven: contact met de ander, vertragen, aansluiten bij alledaagse situaties en het openlaten van uitkomsten.
- Concrete handvatten oefenen met ervaringsdeskundigen om een plekkenkaart te maken.

Zo wordt duidelijk dat HPM niet alleen het maken van een plekkenkaart of het navigeren in het HPM-werkraam is, maar rust op een presentiegerichte basishouding: zonder presentie verwordt HPM tot techniek; mét presentie wordt het een gezamenlijke, betekenisvolle zoektocht naar een nieuw thuisgevoel voor mensen met NAH.

4.3 Achtergrond Presentie

Presentie wordt hier opgevat als een relationele praktijk: een beweging richting de ander, in diens eigen omgeving, met ongehaaste, volgehouden aandacht (Baart A., 2001). Kenmerkend zijn:

- Werken “vanaf de stoep”: in en nabij het echte leven van mensen, niet alleen vanuit kantoor of spreekkamer
- Aansluiten bij leefritme en leefwereld (tijd, taal, tempo, plekken), met lange, vaak onvoorwaardelijke betrokkenheid.
- Een open agenda: doelen niet vooraf dichttimmeren, maar in relatie en in de tijd laten ontstaan (doelrichting in plaats van doelsturing).
- Alledaagsheid als werkplek: betekenisvolle gesprekken en kleine wendingen ontstaan in gewone activiteiten, niet alleen in formele hulpverleningsgesprekken.

In de context van HPM en NAH betekent dit dat de professional niet alleen de plekkenkaarten “invult”, maar zich echt laat invoegen in het vaak chaotische en vermoeiende dagelijkse leven van de deelnemer. Hierbij blijken ook de kortere, meer informele momenten gelegenheden om HPM-vragen te stellen of opmerkingen te maken. Zoals een ervaringsdeskundige het formuleerde:

“Juist die ene opmerking tussendoor zette mij net op het spoor van wat ik op dat moment nodig had.”

De presentatiebeoefenaar is daarbij:

- Trouw en betrouwbaar (blijft nabij ook als er geen “interventie” is).
- Gespecialiseerd in het grens- en domeinoverstijgend werken.
- Gericht op het herstellen van verbondenheid en eigenwaarde van mensen die zich vaak niet gezien voelen door reguliere zorg.

Presentie geen losse techniek, maar een professionele grondhouding die richting geeft aan hoe zorgprofessionals contact maken, afstemmen en aansluiten bij mensen met NAH. Presentie betekent dat de professional niet in de eerste plaats vertrekt vanuit probleemanalyse, interventies of vooraf vastgestelde doelen, maar vanuit aandachtige nabijheid: naar de ander toe bewegen, aanwezig zijn in diens leefwereld en bereid zijn daar werkelijk bij te blijven.

In de presentietheorie van Andries Baart wordt deze benadering uitgewerkt als een alternatief voor een te interventionistische manier van werken, waarin zorg en hulp vooral planmatig, doelgericht en probleemoplossend georganiseerd zijn. Baart laat zien dat juist in zulke sterk georganiseerde vormen van hulp de kern van aandachtige betrokkenheid gemakkelijk verloren kan gaan. Presentie is daarom niet simpelweg “er zijn”, maar een bewuste keuze om je te verhouden tot de ander als mens, niet alleen als drager van een probleem of hulpvraag. Wij noemen dat “luisteren met lege handen”.

Dat vraagt om het opschorten van snelle oordelen, oplossingen en professionele reflexen. De vraag is niet meteen: “Wat is hier het probleem en wat moet ik doen?”, maar eerder: “Wie is deze ander, wat speelt er in diens leven, en wat laat zich hier zien als ik werkelijk aansluit?”. Pas vanuit die hechte verbondenheid wordt duidelijk wat gedaan kan of juist gelaten moet worden.

4.3.1 Betekenis voor HPM en werken met NAH

Deze presentiegerichte grondhouding sluit nauw aan bij de bedoeling van HPM. Mensen met NAH hebben vaak niet alleen te maken met cognitieve of lichamelijke gevolgen, maar ook met verlies van overzicht, veranderde rollen, identiteitsverwarring en een leven dat op alledaagse plekken niet meer vanzelf spreekt. Juist daarom is het onvoldoende om alleen probleemgericht of functioneel te kijken.

In HPM begint het werk daarom met “lege handen luisteren”: zonder direct oordeel, zonder meteen te willen fixen, en met aandacht voor de persoon in diens netwerk van betekenisvolle plekken. Presentie vormt de voedingsbodem voor het verkennen van betekenisvolle plekken in het leven van de cliënt. HPM-coaching krijgt betekenis wanneer de professional zich eerst afstemt op het tempo, de taal en het verhaal van de ander. Voor trainers is het belangrijk om te benadrukken dat presentie in HPM er dus niet naast staat, maar de grondhouding is voor de werkzaamheid.

4.3.2 Wat presentie van trainers vraagt

Voor trainers betekent dit dat zij presentie niet alleen een oefening mee doen en uitleggen, maar ook voorleven in de training. Dat vraagt om een leerhouding waarin deelnemers niet primair benaderd worden als “mensen die iets moeten leren”, maar als professionals met een eigen ritme, ervaring, onzekerheden en leerproces.

Je zou kunnen zeggen dat met presentie als basishouding en deze “Growth-mindset” (<https://www.youtube.com/watch?v=hiiEeMN7vbQ>) bijdraagt een veilig leerklimaat. Je maakt ruimte voor reflectie, je neemt elke input en vraag serieus en je bent alert te zijn op wat zich in de groep aandient.

Presentie vraagt ook moed en bescheidenheid. Weet dat het voor professionals spannend kan zijn om met ervaringsdeskundigen te oefenen. Waar ze hen in hun eigen praktijk zien als cliënt of patiënt waarbij zij de professionele expert zijn, zijn de deelnemers in de training nu. Wie present wil zijn, moet verdragen dat niet alles planbaar, meetbaar of direct oplosbaar is. Dat geldt in het werken met mensen met NAH, maar evenzeer in het begeleiden van leerprocessen van professionals. Dus als trainer houd je wel de leidraad in de gaten maar je kan improviseren als het nodig is.

4.4 De training **SESSIE 2**

4.4.1 *Doel en resultaat van de sessie*

- Deelnemers verdiepen hun begrip van presentie als basishouding in HPM.
- Deelnemers leren het onderscheid tussen mappen, coachen en sturen in gesprekken.
- Deelnemers oefenen met HPM in gesprek met ervaringsdeskundigen.
- Deelnemers verbinden hun ervaringen met opdracht 1 aan de HPM-principes.

4.4.2 *Vorbereiding door de trainer*

- Bestudeer leidraad en slides van sessie 2.
- Bereid de ervaringsdeskundigen voor op wat er van hen verwacht wordt. Zorg voor een gepaste beloning voor hun inspanningen.
- Zorg voor rustige en passende ruimtes om te oefenen met de ervaringsdeskundige. Per ervaringsdeskundige 1 ruimte.
- Maak je vertrouwd met de oefening over presentie.
- Maak je vertrouwd met het schema voor het oefenen met ervaringsdeskundigen.
- Bereid enkele verdiepende vragen voor voor plenaire nabesprekingen.

4.3.2 *Rol van de trainer in sessie 2*

- Je creëert vanaf het begin een veilig leerklimaat en benoemt de werkafspraken expliciet.
- Je verbindt ervaringen uit oefeningen en de verhalen van de deelnemers met het HPM-werkraam (gebruik de vloermat ter illustratie).
- Je modelleert presentie: aandachtig, niet-oordelend, ruimte gevend.
- Je vraagt waarderend door.
- Je zorgt voor rustige ruimtes voor de oefeningen.
- Je bewaakt tijd en participatie van alle deelnemers.

4.3.3 *Materialen sessie 2*

- Slides sessie 2.
- HPM-werkraam (vloermat, poster en/of slide).
- Instructies oefeningen.
- Stiften en/of kleurpotloden en A3 papier.

4.3.4 Bijlagen

- Leidraad sessie 2 tabel 2
- Slides sessie 2 PowerPoint en pdf
- Voorbereiding deelnemers:
 - Baart, A. (2004), Introductie in de presentietheorie.

4.3.5 Leidraad sessie 2 per onderdeel (tijden zijn indicatief) zie ook tabel 2

1 Check-in (10 minuten)

Korte welkomsrunde, aandacht voor hoe deelnemers zijn binnengekomen. Eventueel een landingsoefening. Programma van vandaag.

Instructie landingsoefening

Bespreking van de ervaringen met opdracht 1:

Besprek eventueel een plekkenkaart die door een deelnemer aan jou is opgestuurd. Houd hierbij de tijd strak in de gaten. Het is niet de bedoeling om in te teren op de tijd die voor het oefenen met ervaringsdeskundigen is ingepland.

- Hoe is het oefenen met de plekkenkaart gegaan?
- Wat ging gemakkelijk, wat was nog lastig?
- Welke reacties heb je van cliënten of hun naasten gekregen?

Gebruik de vloermat als illustratie tijdens de bespreking.

2 Q&A ophalen oefenervaringen (20 minuten)

3a Presentie (25 minuten)

De introductie van presentie begint met een ervaringsoefening (max 15 minuten).

Instructie ervaringsoefening presentie

De deelnemers zijn als actief geweest in de bespreking van het vorige onderdeel. Neem de deelnemers mee in de volgende rustig waarnemingsoefening zonder direct aan te geven dat het over presentie gaat.

Jullie hersenen zijn al hard aan het werk geweest, het is nu tijd voor wat rust.

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

Kijk rustig gedurende 5 minuten naar wat er te zien is in het lokaal of in de omgeving waar je bent. Je praat daarbij niet met anderen, de oefening gebeurt in stilte. Ik geef aan wanneer de 5 minuten voorbij zijn.

[Mocht je tijdens deze stilte het idee hebben dat na 2 of 3 minuten iedereen al wel genoeg rustig rond heeft gekeken, dan ga je eerder door met de volgende stap.]

Schrijf aansluitend voor jezelf, en weer in stilte, op wat je gezien hebt.

Daarna wissel je uit in 2-tallen wat ieder heeft opgeschreven.

Denk dan samen na over de volgende vragen:

- *Wat is hetzelfde, wat is verschillend?*
- *Wat valt jullie op in de verschillende manieren van kijken? Waar zitten die verschillen dan in?*
- *Met wat voor ogen heb jij gekeken?*

Geef de deelnemers hiervoor een aantal minuten de tijd. Als je merkt dat het gesprek over andere dingen gaat, ga je over tot de plenaire bespreking.

Hoe was dit? Wat ontdekten jullie?

3b Presentie en HPM [sessie 2 slide 4] (max 10 minuten)

Deze plenaire bespreking laat je overgaan in een introductie van de presentie. Wat is het en waarom is het van belang bij HPM.

- Iedereen ziet iets anders: dat laat zien dat waarnemen altijd persoonlijk is. Je kijkt als het ware door je eigen bril – gevormd door je ervaringen, je achtergrond, je stemming en je verwachtingen. In contact met een cliënt betekent dit dat jouw manier van kijken niet de enige waarheid is.
- Door stil te kijken, vertraag je en laat je ruimte ontstaan: dat is de **houding van presentie – met lege handen luisteren en aanwezig zijn zonder meteen te handelen**.
- Het verschil in wat je ziet of opvalt, maakt duidelijk dat **ieders perspectief waardevol is**. Dat geldt ook in herstelprocessen: aansluiten bij de ander vraagt dat je echt kijkt met *open ogen*, niet alleen vanuit je eigen aannames.
- Presentie is dus: **er zijn, waarnemen, afstemmen en erkennen waar de ander staat**, in plaats van direct iets willen doen of oplossen.
- Met lege handen luisteren betekent dat je eerst aanwezig bent en echt luistert, zonder meteen te handelen of je eigen ideeën in te brengen.
- Het gaat erom dat je aansluit bij waar iemand in zijn herstelproces staat. Presentie helpt je om dat herstel niet te sturen of in te vullen, maar om ruimte te geven zodat de ander zelf stappen wil of kan gaan zetten.

4a en b oefenen met ervaringsdeskundigen [sessie 2 slides 7-8]

Bij het oefen met ervaringsdeskundigen is het belangrijk dat er 2, maximaal 3 deelnemers per ervaringsdeskundige oefenen. Dit oefenen vindt plaats in een rustige, afgesloten ruimte. Er is veel tijd gereserveerd zodat er ook in alle rust een gesprek vanuit HPM opgebouwd kan worden.

Van de ervaringsdeskundigen wordt verwacht dat je in staat en bereid zijn over hun eigen leven met NAH te praten. Ze weten dat de deelnemers oefenen en zijn in staat om waarderende en duidelijke feedback te geven. Dit bereid je van tevoren voor met de ervaringsdeskundigen. Zij hoeven niet persé ingevoerd te worden in HPM. Het is wel handig als ze weten dat er over belangrijke plekken in hun leven voor, en na NAH gesproken wordt. Indien mogelijk check je bij ervaringsdeskundigen of er belemmeringen zijn om met bepaalde deelnemers te oefenen. Hiermee kun je rekening houden bij het indelen van de oefengroepjes. Dit doe je van tevoren zodat hier geen tijd verloren gaat en je efficiënt in de aparte ruimtes kunt gaan tijdens de trainingssessie.

Introduceer de bedoeling van de oefening plenair [sessie 2 slide 7]. De deelnemers gaan een plekkenkaart maken in gesprek met een ervaringsdeskundige.

Introductie oefenen met ervaringsdeskundige

Benadruk dat het geen rollenspel is, maar dat ze in gesprek gaan met het echte levensverhaal van hun gesprekspartner.

- *Je gaat oefenen met een ervaringsdeskundige. Zijn/haar verhaal staat centraal en ten dienste van jullie oefening. **Je gebruikt (het maken van) een plekkenkaart om het gesprek met de ervaringsdeskundige te voeren. Je oefent ook om hierin Present te zijn.***
 - *Bereid met je buddy kort voor waar je mee wilt experimenteren of oefenen om bij te dragen aan het je eigen maken van werken met HPM en het maken van een plekkenkaart. [introduceer de kijkwijzer dat hier voor gebruikt kan worden [bijlage x]*
 - *Waar wil je dat jouw buddy vooral op let? Waar wil je feedback op?*
 - *Jullie hebben in totaal 60 minuten.*
 - *Dat is 30 minuten per persoon. Je voert maximaal 20 minuten het gesprek met de ervaringsdeskundige. Dan hebben jullie 10 minuten om het gesprek na te bespreken. Wees kort, warm en duidelijk in je feedback. Laat ook vooral de ervaringsdeskundige aan het woord.*
 - *Gebruik de bijgevoegde kijk- en luisterwijzer [in bijlage] gebruiken als geheugensteuntje in je observaties en feedback.*
 - *Degene die niet het gesprek voert houdt de tijd bij en observeert (ga iets buiten het gesprek zitten en reageer niet op wat er in het gesprek gebeurt, houd je afzijdig).*
-

Bij binnenkomst laat je de deelnemers zichzelf kort introduceren door naam, organisatie en professie te noemen. Daarna kunnen de ervaringsdeskundigen eerst zichzelf kort voorstellen. Nadere kennismaking komt tijdens de oefening.

Introduceer plenair de bedoeling en leg laat de deelnemers met de toegewezen ervaringsdeskundige naar de ruimte gaan.

Ga als trainer bij een groepje zitten en wissel halverwege van groepje. Je kunt als trainer niet overal bij zijn. Vertrouw op de kracht en expertise van de ervaringsdeskundigen.

5 Bespreek plenair na (max 15 minuten)

Laat hierbij vooral de ervaringsdeskundigen aan het woord.

Rondt de sessie af door de ervaringsdeskundigen te bedanken voor hun waardevolle feedback en prijs de deelnemers voor hun moed om iets te oefenen wat ze nog moeten leren. Het ongemak dat daar mee gepaard gaat, hoort erbij. Geef de opdracht voor de volgende keer [sessie 2 slide x].

Tabel 2 Leidraad sessie 2 in tabel

Titel Sessie 2			HPM presentie en oefenen met ervaringsdeskundigen	
Onderdeel	Uitwerking		Wie	
Vorbereiding	Website bestuderen: praktijk Lees: Presentie Doel: voorkennis stimuleren			
Doel en resultaat sessie 2	Doel: Deelnemers verdiepen HPM Weten en ervaren het belang van presentie Integreren hun kennis door het oefenen met ervaringsdeskundigen			
1 Check in 14.30-14.40 uur	Welkom en present kunnen zijn in deze sessie Programma van vandaag		@ 10'	
2 Q&A 14.40-15.00 uur	Ophalen en bespreken van hun oefenervaringen en vragen Verbinden met presentie en HPM-werkraam		@ 20'	
3a Oefening met presentie 15.00-15.15 uur	Oefening presentie Introductie begrip Presentie kort [slide] Met lege handen luisteren als basishouding. Niet zomaar je ding doen, waar zit iemand in het herstelproces en het geeft een open houding om via HPM werkraam aan te sluiten bij wat leeft in het leven van de ander.		@ 15'	

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

3b HPM en presentie 15.15-15.25 uur	Verbinden met HPM: verdiepen van werkraam Het belang van presentie in HPM Uitlichten dimensie fysiek, sociaal en persoonlijk	@ 10'
4a Welkom ervaringsdeskundigen 15.25-15.35 uur	Introductie ervaringsdeskundigen Korte ronde namen uitwisselen Opzet en bedoeling van de oefening	@ 10'
Koffie/thee Voorbereiding oefenen 15.35-15.45 uur	In buddy-groepjes kort voorbereiden (zie A4-tje) met een kopje thee/koffie Intussen ED-ers installeren in de ruimtes	@ 10'
4b Oefenen HPM met ED 15.45-16.45 uur	30 minuten per persoon 20' gesprek 10' feedback Vooral de ED-er aan het woord laten	@ 60' Allen rondlopen
5 16.45-17.00 uur	Plenair bespreken Afronden Opdracht volgende keer	@ 15'

Bij oefening ervaringsdeskundige: kijkwijzer

Oefenen met een ervaringsdeskundige

Je gaat oefenen met een ervaringsdeskundige. Zijn/haar verhaal staat centraal en ten dienste van jullie oefening.

Bereid met je buddy kort voor waar je mee wilt experimenteren of oefenen om bij te dragen aan het je eigen maken van werken met HPM.

Waar wil je dat jouw buddy vooral op let? Waar wil je feedback op?

Jullie hebben in totaal 60 minuten.

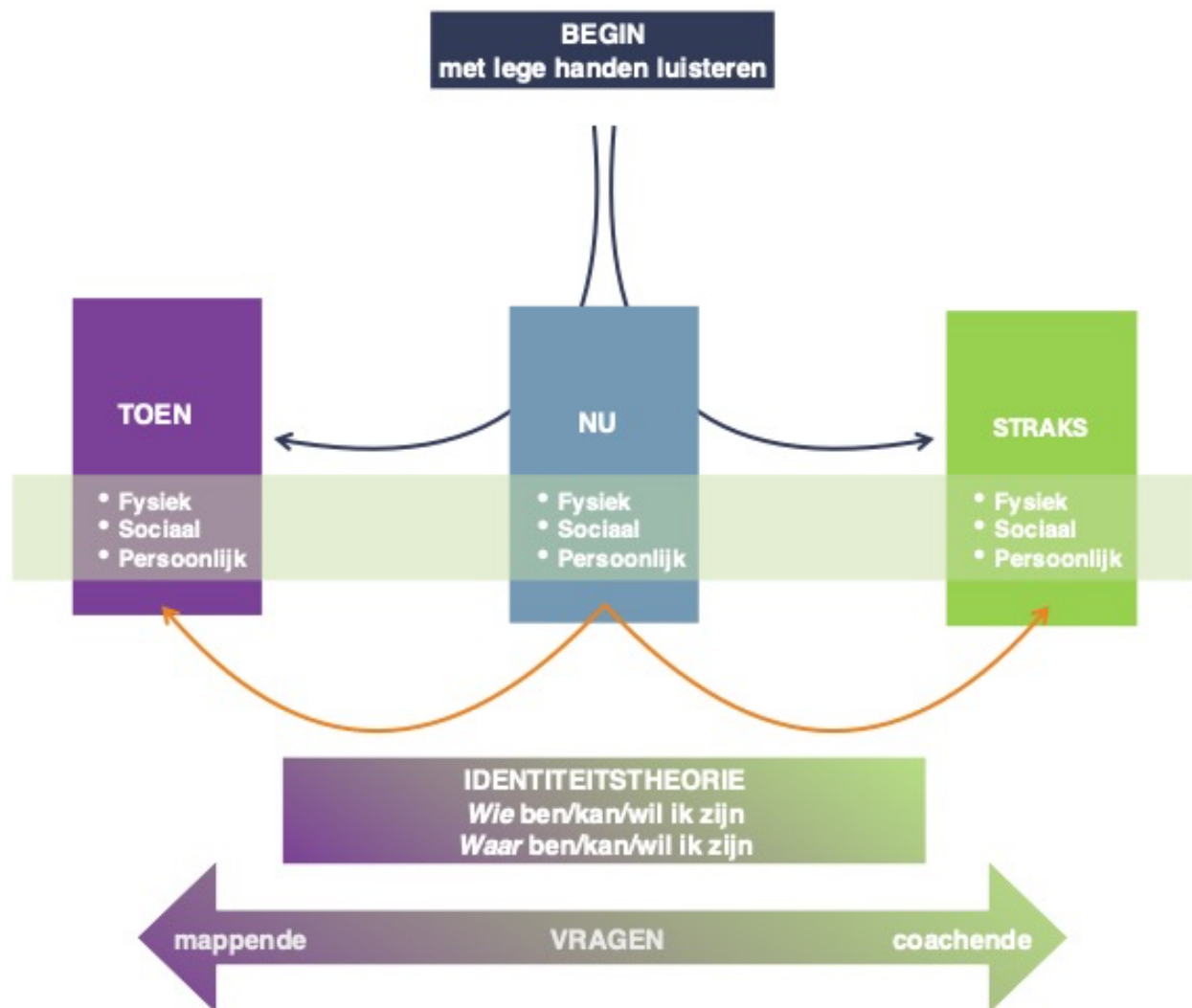
Dat is 30 minuten per persoon. Je voert maximaal 20 minuten het gesprek met de ervaringsdeskundige. Dan hebben jullie 10 minuten om het gesprek na te bespreken. Wees kort, warm en duidelijk in je feedback. Laat ook vooral de ervaringsdeskundige aan het woord.

Gebruik de bijgevoegde kijk- en luisterwijzer gebruiken als geheugensteuntje in je observaties en feedback.

KIJK- en LUISTERWIJZER bij Home and Place Making Network van Plekken

Presentie		
- Contact. - Leeg (geen checklist in je hoofd), interrompeerbaar.		
TOEN	NU	STRAKS
Fysiek (activiteiten, plek, netwerk van plekken) . . . Sociaal (rollen, routines, relaties) . . . Persoonlijk (identiteit) . . .	Fysiek (activiteiten, plek, netwerk van plekken) . . . Sociaal (rollen, routines, relaties) . . . Persoonlijk (identiteit) . . .	Fysiek (activiteiten, plek, netwerk van plekken) . . . Sociaal (rollen, routines, relaties) . . . Persoonlijk (identiteit) . . .
 mappende VRAGEN  coachende		
Welke mappende interventies herken je?		
Welke momenten om een coachende interventie te doen heb je al herkend?		
Welke coachende interventies?		

WERKRAAM IN BEELD



HOOFDSTUK 5 Trainingssessie 3 – HPM en het familiesysteem

5.1 Inleiding

In deze sessie kijken we verder dan alleen de cliënt. Het krijgen van een hersenaandoening heeft ook invloed op het gezin en de rest van de familie.

5.2 Algemene doelen

- De deelnemers verdiepen HPM met een **systemische bril**: zien de cliënt in relatie tot familie en andere systemen. Door systemisch te kijken, leer je beter de spelregels van het systeem begrijpen.
- De deelnemers kennen en herkennen systemische kijklijnen (zoals homeostase, binding, ordening, balans geven/nemen, bestemming).
- De deelnemers oefenen met het toepassen van HPM en de systemische kijklijnen in casusbespreking en gesprekken.
- De deelnemers bereiden zich voor op het integreren van systemische aspecten in hun eigen praktijk.

5.3 Achtergrondinformatie: HPM en het familiesysteem

5.3.1 *Waarom de systemische blik in Home & Placemaking?*

In Home & Placemaking (HPM) staat centraal hoe mensen met hersenletsel hun leven, identiteit en dagelijks functioneren opnieuw vormgeven op betekenisvolle plekken, zoals huis, buurt, werk of hobbyplekken. Een systemische blik voegt hieraan toe dat niet alleen de individuele cliënt in beeld is, maar het hele netwerk van mensen en plekken waar deze persoon deel van uitmaakt. Elk mens leeft in meerdere systemen (familie, gezin van herkomst, buurt, werk, zorg), en veranderingen door NAH werken altijd door in al deze verbanden. HPM verschuift de focus daarmee van “een lichaam met beperkingen in een medische omgeving” naar een netwerk van belangrijke plekken in de thuisomgeving, waarbij het eigen huis vaak de centrale plek is waar iemand zich veilig voelt en relaties onderhoudt.

Denk aan een familie als een orkest. Elk lid is een instrument en draagt bij aan de mooie muziek. Als één instrument verandert, verandert de klank van het geheel.

5.3.2 *De systemische blik [sessie 3 slides 8-9]*

Een systeem is een geheel van delen die met elkaar in verbinding staan; als er iets verandert bij één onderdeel, heeft dat invloed op het geheel. In families en netwerken gaat het om wederzijdse beïnvloeding, betekenisvolle verbindingen (bijvoorbeeld liefde of loyaliteit), een reden van bestaan (samen leven, zorgen, overleven) en een eigen identiteit die meer is dan de optelsom van de leden. Systemen streven naar compleetheid; wat ontbreekt of wordt verzwegen, blijft vaak voelbaar en beïnvloedt het geheel.

Voor rust en evenwicht in een systeem zijn drie basisbehoeften van belang: erkenning van wat is (leden, geschiedenis en gebeurtenissen worden gezien), een passende ordening (ieder heeft een eigen plek en volgorde) en balans tussen geven en nemen (inspanningen en waardering zijn in evenwicht). Wanneer deze voorwaarden verstoord raken, ontstaan patronen van stress, onbegrip en ineffectief gedrag, die zich laten zien in het dagelijks leven op betekenisvolle plekken. Zoals je als persoon je altijd op een bepaalde manier verhoudt tot je omgeving doet het systeem waar je toe behoort dat ook. Het systeem laat zich beïnvloeden door z'n context en vice versa. Het is dus een wisselwerking.

Binnen HPM betekent systemisch kijken dat de professional uitzoomt van de individuele klachten naar de samenhang tussen plekken, rollen en relaties. Veranderingen op één plek, zoals niet meer kunnen koken in de eigen keuken of niet meer naar de voetbalclub kunnen, raken ook rollen ("gastvrouw", "betrokken ouder"), relaties (partner, kinderen, vrienden) en het gezamenlijke gevoel van thuis. In gezinnen met NAH verschuiven vaak loyaliteiten en posities: partners nemen taken over, kinderen voelen zich verantwoordelijk, familieleden of burens bewegen mee of haken juist af. Gedrag van mensen wordt dan een signaal van onderliggende systemische patronen; wie alleen naar één persoon kijkt, mist cruciale informatie over het geheel. In Sessie 3 leren deelnemers daarom bewust te letten op systemische kijklijnen zoals homeostase (het streven naar evenwicht en de tegenreacties bij verandering), binding en recht op een plek, ordening, balans in geven en nemen en bestemming (de beweging van systemen in de tijd).

Systemisch waarnemen is vooral een houding en sluit nauw aan bij de presentiebenadering binnen HPM. Het vraagt gewaar zijn van wat er gebeurt (in de cliënt, het systeem én de professional zelf), uitzoomen van oorzaken naar patronen en verbindingen, en oordeelvrij waarnemen met nieuwsgierigheid. De HPM-coach benadert situaties als verschijnselen die zich ontfouwen en helpt door vragen te stellen die het systeem laten uitzoomen, zoals: "Wat gebeurt hier tussen jullie?", "Hoe doen jullie dit meestal?" of "Wat zou er veranderen als iemand anders dit even overneemt?". Door deze vragen te koppelen aan het HPM-werkraam en de plekkenkaart ontstaat een rijk beeld van het familiesysteem rondom NAH: niet alleen de getroffene, maar ook partner, kinderen, (groot)ouders en andere belangrijke personen worden gezien in hun relatie tot de plekken die samen het thuis vormen.

5.3.3 Vijf systemische kijklijnen [sessie 3 slides 10-22]

Kijklijn 1. Homeostase: het streven naar evenwicht [slide 10]

Homeostase is het proces dat elk systeem streeft naar een inwendig evenwicht. Dat betekent dat er altijd een reactie volgt op veranderingen of verstoringen in het systeem zelf of in de omgeving. Elk systeem neigt naar evenwicht en komt tot rust als dat er is. Bijvoorbeeld het moeten werken met een nieuw registratiesysteem roept altijd wat gedoe op, het is weer wennen. Je zult ook altijd even moeten wennen aan het werken met een nieuw teamlid of een vervanger. Bij de routines die je had, moet je weer even nadenken. Verandering zijn niet altijd negatief, maar roepen wel altijd een tegenreactie op. De reden is dat het systeem de rust wil herstellen waardoor er weer duidelijkheid ontstaat. De tegenreactie noemen we vaak weerstand en ervaren we negatief, maar het is een logische reactie op verandering. In deze weerstand laten mensen zien hoe ze aan het systeem verbonden zijn, wat er belangrijk voor hen is. Er zit dus veel informatie in weerstand.

Ook zal bij elke verandering of verstoring de omgeving van het systeem gaan reageren of gaan "trekken". De boodschap is dan eigenlijk "terug naar het oude, het evenwicht dat er was". In deze tegenreactie zit ook altijd een verleiding om het "oude" te doen. Bijvoorbeeld als je net geleerd hebt vaker "nee" te zeggen omdat je omkomt in het werk, zal de omgeving onwillekeurig dit proberen te herstellen ("Nou zeg, dat valt me van je tegen dat je dit niet wilt

doen”). Voor blijvende verandering is het goed voorbereid te zijn op dit effect. Dus wat is jouw verleiding om weer het oude te gaan doen?

In de training is het handig eerst de ervaringsoefening te doen (zie 5.4.6) en aan de hand daarvan “homeostase” uit te leggen als fenomeen waar iedereen altijd mee te maken heeft.

Kijklijn 2. Binding: wie zijn er met elkaar verbonden? [slides 12-15]

De kern bij deze kijklijn is de positie die iemand in het systeem inneemt. Iedereen heeft recht op zo’n positie. Hiermee wordt duidelijk dat je erbij hoort, dat je “lid” bent. Je hoeft niet fysiek aanwezig te zijn om je positie in een familie te hebben. Ook mensen die al overleden zijn of ver weg wonen, horen nog steeds bij het familiesysteem. Tegenover het recht op deelname staat een plicht. Je moet wel doen wat er bij de positie hoort. Als ouder in het gezin is het de bedoeling dat je ook dat doet wat bij de ouderrol hoort. Als teamlid zorg je voor de taken die er bij jouw rol horen.

Ieder lid moet de taak of rol bij de positie nemen of uitvoeren. In het al dan niet nemen van een positie, of de manier waarop, toont iemand hoe de verbinding is. Dus positie gaat over verbinding.

Het gedrag van de mensen in het systeem en het systeem als geheel komt voort uit de relaties die ze onderling hebben.

Omdat iedereen erbij hoort, kun je ook geen mensen uitsluiten. Al zou je dat willen omdat je ruzie hebt of niet goed kunt samenwerken. Sluit je uit, krijg je gedoe. Het systeem zal proberen dit weer recht te trekken. Dat zien we terug in gedrag van mensen, maar vooral ook in wat niet direct zichtbaar is. Dat noemen we dan onderstroom. Wie of wat wordt hier uitgesloten? Deze vraag kan bijzondere verhalen opleveren.

Slide 15 geeft het verschil in de woorden plek en positie weer. De plek die iemand inneemt in het familiesysteem, is de positie die hij of zij inneemt t.o.v. de anderen in deze familie. In de context van HPM spreken we dan ook van positie in plaats van de in het systemisch werk gangbare “plek” in het systeem. Het gaat in HPM om meer dan een psychologische plek: de relatieve situatie van het lid ten opzichte van de andere leden. In de sociale geografie gaat het om een concrete plek (place) in een abstracte ruimte (space) waar mensen een specifieke betekenis aan geven en waar ze zich mee verbonden voelen. Dit noemen we plaatgehechtheid (place attachment) in fysieke, sociale en persoonlijke zin.

Kijklijn 3. Ordening: Hoe zijn ze met elkaar verbonden? [slide 16-18]

In hoe mensen verbonden zijn in een systeem zitten vaak ordeningen. Deze kunnen duidelijk zijn of juist onuitgesproken. Duidelijk is bijvoorbeeld in een gezin de ordening van oudste naar jongste. Deze ervaring kun je de trainingsgroep meegeven met de ervaringsoefening over ordening. Andere mogelijke ordening kan zijn wie krijgt de meeste tot minste aandacht, wie is er het handigst tot onhandigst. Deze ordening zijn vaak onuitgesproken en subjectief. Daarom belanden ze vaak in de onderstroom. Ze zijn er wel, spelen ook zeker mee, maar kunnen ook voor gedoe zorgen zonder dat je door hebt waar het over gaat. Als je vaak hoort “Dit gaat nergens over” dan weet je eigenlijk dat de vraag “Waar gaat dit over?” juist iets bloot kan leggen. Als je iets bloot kan leggen, kun je het bespreken.

Er zijn verticale en horizontale ordeningsprincipes. Verticale gaan over de relatie tussen ouder en kind. Of, in een organisatie, tussen leidinggevende en teamlid. Dit gaat niet over hoe belangrijk je bent, het gaat over wie een bepaalde verantwoordelijkheden heeft. De

horizontale verbinding heb je als broers en zussen. In organisaties bijvoorbeeld als teamleden onderling.

In gezinnen waar iemand getroffen wordt door NAH schudt het hele systeem. Veel zal weer herordend moeten worden, als dit al kan. Erkenning van de veranderingen is belangrijk, dat brengt rust en versterkt het systeem. Alles gladstrijken of onder de mat schuiven (onderstroom) verzwakt het systeem en belast de manier waarop mensen verbonden zijn.

Kijklijn 4. Balans van geven en nemen: iedereen draagt bij en ontvangt [sessie 3 slides 19-20]

Kern bij deze kijklijn is dat iedereen iets geeft en iets krijgt in het systeem. Bijvoorbeeld je krijgt waardering en je laat zelf iedereen weten dat je blij met ze bent. Als dit in balans is, is er rust op het thema waardering. In werksituaties geldt hetzelfde: je krijg salaris voor jouw professionele inspanning en als dit in balans is met de voldoening of groeimogelijkheden (of vrijheid, of...) is er rust. Je bent tevreden met je werk. Is de balans verstoord, dan heb je onrust of gedoe. Deze onrust of het gedoe is vaak niet direct zichtbaar en dan noemen we dit onderstroom. Dat wat uit balans is gaan mensen ook weer opvullen en er ontstaat een nieuwe balans. Bij gezinnen waar iemand getroffen is door NAH zullen veel van deze thema's opnieuw in balans gebracht moeten worden voor rust. Hoe deze balans is en waar deze over gaat is iets waar je als professional aandacht voor zou kunnen krijgen zonder dat je het direct hoeft op te lossen. Erkennen dat er iets verschoven is, is vaak al voldoende.

Kijklijn 5. Onderweg van oorsprong naar bestemming [slide 21-22]

Een systeem (gezin, familie, organisatie) heeft een reden van bestaan die voortkomt uit de omgeving. De bovenstaande kijklijnen spelen als fenomenen een rol om in balans te blijven met de omgeving en je te kunnen aanpassen. In deze ontwikkeling is een systeem dan ook steeds in beweging, onderweg. Zowel de oorsprong (waar komen ze vandaan) als ook de bestemming (waar zijn ze naar op weg) hebben invloed op het heden.

Inclusie oorsprong: verleden → heden ← toekomst

Wie of wat (thema's) zijn in het verleden van belang geweest bij hoe de familie er nu bij zit? Wie of wat wordt op dit moment onvoldoende gezien (kijklijnen) waardoor de ontwikkeling stagneert of onrustig is? Wat heeft in het verleden, of nu in het heden onvoldoende erkenning gekregen? Wat is er in het heden nodig om naar de toekomst te kunnen gaan?

5.3.3 Patroonvragen [sessie 3 slides 23-24]

In plaats van "wie is fout" vraagt een systemische kijk eerder "welke patronen in de huidige manier van doen houden de situatie in stand?" Dit noemen we "ontschuldigen". Voor het onderzoeken van deze patronen kun je andere type vragen stellen. In onderstaande tabel (tabel 3) staan voorbeelden van patroonvragen (Spanjersberg et. al., 2016). Door op deze manier te vragen komen er vaak andere inzichten naar boven.

Tabel 3 Voorbeelden van patroonvragen

Type vraag	Voorbeeld
Gedragseffectvragen	Wie heeft hier het meest last van? Of het minst? Wie reageert er dan als eerste? Of als laatste? Etc.
Verschilvragen	Wie heeft hier het meest last van? Of het minst? Wie reageert er dan als eerste? Of als laatste? Etc.
Gedachteleesvragen	(Leggen overtuigingen bloot, naar de bovenstroom). Bijvoorbeeld: Wat zou A nu over B denken? Erover vinden, voelen? Etc.
Hypothesevragen	Als A hiermee stopt, wat gebeurt er dan? Wie heeft daar het meest/minst last/profiyt van? Of: Stel dat het lukt, welk probleem is dan opgelost? Wat ontstaat er dan?
Toekomstvragen	Als dit zo doorgaat, wat zou er dan gebeuren? Hoe gaat het eruit zien?

5.4 De training SESSIE 3

5.4.1 Doel en resultaat van de sessie

- Deelnemers verdiepen HPM met een **systemische bril**: zien de cliënt in relatie tot familie en andere systemen.
- Deelnemers kennen en herkennen systemische kijklijnen (zoals homeostase, binding, ordening, balans geven/nemen, bestemming).
- Deelnemers oefenen met het toepassen van HPM en de systemische kijklijnen in casusbespreking en gesprekken.
- Deelnemers bereiden zich voor op het integreren van systemische aspecten in hun eigen praktijk.

5.4.2 Voorbereiding door de trainer

- Bestudeer het materiaal, de leidraad en slides van sessie 3.
- Maak je vertrouwd met de uitleg en de oefeningen.
- Bereid enkele verdiepende vragen voor plenaire nabesprekingen aan de hand van de ingebrachte plekkenkaarten van de deelnemers.

5.4.3 Rol van de trainer in sessie 3

- Je creëert vanaf het begin een veilig leerklimaat door de deelnemers in de training te laten landen met een korte landingsoefening.

- Je bakent persoonlijke ervaringen die mogelijk opkomen naar aanleiding van de systemische oefeningen af. Dat wil zeggen, je kapt ze niet af, maar geeft ruimte als voorbeeld, je verdiept ze niet.
- Maak systemische taal concreet en bruikbaar. Bijvoorbeeld door “systemisch” af en toe te vervangen door “het grotere geheel overzien” of “uitzoomen”. Of “de achterliggende vraag achter de vraag onderzoeken”. Of bij de kijklijnen aan te geven dat ze helpen “de spelregels van het systeem te begrijpen”. Geef veel voorbeelden van systemische vragen in de besprekingen. Benadruk dat de systemische kijk tijd nodig heeft om “door te sijpelen” in je denken en doen”. Hiermee maak je een circulaire manier van denken in systeemdenken concreet voor mensen die gewend zijn lineair te denken.
- Je verbindt ervaringen uit oefeningen en verhaal met het HPM-werkraam.
- Je modelleert presentie: aandachtig, niet-oordelend, ruimte gevend.
- Je vraagt waarderend door.
- Je bewaakt tijd en participatie van alle deelnemers.

5.4.4 Materialen sessie 3

- Slides sessie 3.
- HPM-werkraam (vloermat, poster en/of slide).
- Instructies oefeningen.
- Stiften en/of kleurpotloden en A3 papier.

5.4.5 Bijlagen

- Leidraad sessie 3 tabel 4
- Slides sessie 3 in PowerPoint (tijdens sessie) en pdf (om nadien te verspreiden)
- Voorbereiding deelnemers: “Een systemische kijk op betekenisvolle plekken” Lees het materiaal en neem een casus mee waarin familie een duidelijke rol speelt.

5.4.6 Leidraad sessie 3 per onderdeel (tijden zijn indicatief).

1 Check in en ophalen oefenervaringen (ca. 20-30 minuten)

- Welkom en korte landingsoefening om aanwezig te komen (zelf invullen, pas de oefening aan gegeven de tijd die je wilt gebruiken voor de bespreking van de uitgevoerde opdracht/ervaringen.
- Bespreking van de uitgevoerde oefening/opdracht:
 - welke casussen hebben deelnemers geoefend;
 - wat gebeurde er als zij meer aandacht gaven aan systeem en omgeving;
 - welke vragen en dilemma’s spelen er.

2 Q&A (ca 50 min)

- De HPM-mat wordt in het midden gelegd. De eventuele foto’s van plekkenkaarten presenteer je op scherm.
- Deelnemers brengen vragen of casussen in; per keer wordt één casus met behulp van het werkraam verkend.

- Je begeleidt het gesprek in intervisiestijl:
 - focussen op elementen in het werkraam (plek, tijdslijn, dimensie, verschil tussen mappen en coachen);
 - verhelderende vragen in plaats van adviezen;
 - verkennen van eigen mentale modellen en beroepsrol;

3 Uitleg systemische kijklijnen: spelregels van het systeem (ca 65 min)

Je start met de introductie van het waarom van systemisch kijken en de relatie met HPM. Je legt uit wat een systeem is. In dit onderdeel ligt de nadruk op ervaren, herkennen en vertalen naar de praktijk met NAH-cliënten.

Je introduceert het ontdekken van de spelregels van een systeem door middel van de kijklijnen.

Homeostase: systemen streven naar evenwicht; veranderingen roepen tegenreacties op.

Start met de ervaringsoefening.

Instructie ervaringsoefening homeostase. Het doel is de deelnemers te laten ervaren dat elke verandering de neiging oproept om deze weer terug te willen draaien heel natuurlijk en normaal is.

Noem nog nergens het woord homeostase. Zeg tegen de deelnemers dat je een oefening gaat doen. Ga in tweetallen tegenover elkaar staan. Observeer elkaar eens.

Ga dan met de ruggen naar elkaar staan. Verander iets aan jezelf.

Als iedereen iets aan zichzelf veranderd heeft, laat je iedereen weer omdraaien en naar elkaar kijken met de volgende instructie:

Ontdek de verandering. Als je het beide hebt ontdekt (of niet, dat komt ook voor) bespreek dan met elkaar: "hoe heb je waargenomen, ben je iemand van eerst globaal en dan details of andersom?"

Als iedereen hierover een paar minuten (maximaal 3) over heeft gereflecteerd vraag je de groep weer te gaan zitten.

Je bespreekt kort (! het doel is immers anders) na welke ervaringen er uitgewisseld zijn. Dan geef je ze de boodschap: "mooie ervaringen zo, wie heeft de verandering inmiddels weer ongedaan gemaakt?"

Je zult merken dat vrijwel iedereen dit weer heeft gedaan. Dit is de opstap naar de boodschap: elke verandering in een systeem roept de tegenactie op om weer terug te keren naar de oude toestand waarin het systeem evenwicht had. Dan leg je het begrip homeostase uit. Je eindigt met de boodschap dat elke verandering weerstand oproept en dat dit normaal en logisch is. Weerstand geeft je de informatie over wat belangrijk is voor een persoon. Je trekt de boodschap door naar de situatie waarin in een gezin iemand getroffen wordt door NAH en je dus veel "tegenreacties" kunt krijgen. Deze uiten zich in gedrag. Dus je creëert hier begrip mee voor bepaalde gedragingen in de families waarmee de deelnemers te maken krijgen. Het systeem heeft tijd nodig om een nieuw evenwicht (rust) te vinden.

Binding: iedereen heeft recht op een plek; verlies, ziekte of verandering beïnvloeden posities.

Deze kijklijn leg je uit aan de hand van de beschrijving in dit hoofdstuk (5.3.3). Vraag in de interactie naar herkenning in de eigen praktijk van de deelnemers.

Als je ruim in de tijd zit kun je nog een verwerkingsopdracht geven.

Instructie verwerkingsopdracht Binding (ca 10 minuten)

In 2-tallen max 5-7 minuten. Bespreek met buurman/-vrouw (deelnemers kunnen dus blijven zitten):

Hoe kom je dit tegen in je werk? Welke plek ben je geneigd te nemen? Hoe zou je hier nu anders naar kunnen kijken? Wat betekent dit voor jouw plek, rol of werksituatie?

Bespreek, vraag open door (geen oplossingen/adviezen).

Kort nabespreken: wat hebben jullie ontdekt in je gesprek? (max 3 minuten)

Ordering: volgorde, generaties, posities in het systeem.

Deze kijklijn kun je uitleggen (zie ook 5.3.3) aan de hand van de volgende oefening.

Instructie ordeningsoefening: gesprek op voeten .[Sessie 3 slide 18]

Vraag de groep te gaan staan en op volgorde van de leeftijd te gaan staan. Benadruk dit te doen zonder te praten of te gebaren, dus in stilte. Nodig ze tijdens dit proces uit om vooral aan te voelen of ze goed staan ten opzichte van hun burens. Voel en denk er niet te veel bij na. Ga niet redeneren of rimpels tellen.

Je zult merken dat er wat geschuif en gewissel gaat ontstaan als mensen hun plek innemen. Soms blijft er onrust tussen mensen. Als dit ontstaat liggen vaak de leeftijden erg dicht bij elkaar of iemand staat niet op volgorde.

Als de groep in de lijn staat ga je van jong naar oud de leeftijden checken en samen constateren of de volgorde op leeftijd klopt. Je zult bij de “onrustige” plekken ontdekken wat er niet klopt in de volgorde. Dit is aanleiding om aan te geven dat als er iets niet in orde is er gedoe ontstaat. Je neemt deze ervaring als uitgangspunt om uitleg te geven aan de kijklijn ordening. Elk systeem heeft verschillende ordeningen en als er orde is, is er rust. Als de ordening niet erkend of geschonden wordt, ontstaat gedoe.

Vraag in de nabespreking naar herkenning in de eigen praktijk van de deelnemers. Je kunt ook vragen wat ze van de ordening herkennen in de casus uit het document dat ze van tevoren hebben gelezen.

Balans van geven en nemen.

Deze kijklijn leg je uit aan de hand van de beschrijving in dit hoofdstuk (5.3.3).

Bestemming: systemen zijn op weg; verleden, heden en toekomst zijn verbonden.

Deze kijklijn leg je uit aan de hand van de beschrijving in dit hoofdstuk (5.3.3).

Als je voldoende tijd hebt kun je er nog een afsluitende verwerkingsopdracht met mee doen.

*Instructie afsluitende verwerkingsopdracht: **Toepassen op eigen casus met plekkenkaart (ca 10-15 min)***

Kan in dezelfde tweetallen en op de plek in de kring. Deelnemers pakken een plekkenkaart van een cliënt erbij (of van zichzelf als ze er nog geen hebben). De nadruk in deze oefening ligt in het ervaren en experimenteren met nieuwe kijkwijzen.

Zij kiezen één systemische kijklijn en onderzoeken:

- welke aanvullende informatie deze kijklijn oplevert;
 - welke nieuwe vraag borrelt er op;
 - wat er zou kunnen gebeuren als je die vraag daadwerkelijk stelt?
-

4 Plenaire afronding en opdracht 2 (ca 10 min)

Je rondt plenair af met de focus op:

- wat heeft de systemische bril toegevoegd;
- welke inzichten over de eigen rol als HPM-professional zijn ontstaan.

Je koppelt de ervaringen, vragen en inzichten aan de context van HPM en mensen met NAH.

Je wijst nog aan de hand van slides 23 en 24 nog op belangrijke begrippen en andere typen vragen die ze kunnen bestuderen en mee kunnen experimenteren.

Je sluit af met de opdracht voor de volgende keer [Sessie 3 slides 25 en 26]. Als je de verwerkingsopdracht *Toepassen op eigen casus* niet hebt kunnen doen, kun je deze als opdracht meegeven [slide 25].

Tabel 4 samenvatting leidraad sessie 3 in tabel

Titel Sessie 3	HPM en het familiesysteem	
Onderdeel	Uitwerking	Wie
Vorbereiding	Lees: Document over familiegesprek	

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

	Denk al vast na over wat de systeembril zou kunnen betekenen voor het werken met HPM Doel: voorkennis stimuleren	
Doel en resultaat sessie 3	Doel: Deelnemers verdiepen HPM Weten en ervaren het belang van systemische kijklijnen in het HPM-gesprek: sensitief maken voor het onderwerp waardoor er bewustwording komt op andere dimensies in een hulpverleningsmoment, met of zonder familieleden of andere belangrijke personen.	
1 Check in 14.30-14.40 uur	Welkom en present kunnen zijn in deze sessie Programma van vandaag	Welkom en “landingsoefening” Maximaal 10’ @
2 Q&A 14.40-15.30 uur	Ophalen en bespreken van hun oefenervaringen en vragen. Verdiepen van HPM-werkraam door middel van een groepsgesprek (interview stijl) met de mat in het midden. Voor de trainers: verbanden horen in de verhalen, koppelen aan HPM en Persoonlijk Herstelconcept (PHC). Nodig vragenstellers uit om de aandacht te richten op de plek in het werkraam. Maak eventueel gebruik van de plekkenkaart die ze gemaakt hebben. Verken de vraag die ze hebben via de elementen in het werkraam op de mat (focus op alleen dat, rest terzijde laten). Betrekt ook de anderen bij mogelijke inzichten/ideeën. Bijvoorbeeld door te vragen: “Hoor of ziet iemand nog iets anders?”, “Welke plek hoor je hier?”, “Op welk niveau (fysiek, sociaal, persoonlijk) speelt zich dit af?” etc. Als er belemmeringen worden ervaren: waar gaan deze over? Eigen mentale model, beroepsrol? Of de fase waarin de ander zit (PHC)?	@: programma en doel van vandaag en proces + tijd. Als er foto’s zijn deze presenteren op slide. Maximaal 50’

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

	Bespreek dit meer coachend dan adviserend: dus wat zou de inbrenger anders of meer kunnen doen, of juist meer kunnen laten? Maximaal 10 minuten voor een ingebrachte vraag.	
PAUZE		10'
3 Systemische bril 15.45-16.50 uur	Interactieve uitleg van de systemische kijklijnen in combinatie met HPM. Afgewisseld met kleine oefeningen. De voorbereide casus gebruiken om de deelnemers de kijklijnen te laten toepassen: in interactie & korte subs. Wat is een systeem: iedereen is onderdeel van verschillende systemen. Leer een beetje de systemen kennen en je kunt krachtige hulp bieden en rekening houden met de dynamiek die elk systeem heeft. 1 Homeostase Oefening met kleine verandering Boodschap: iedereen is onderdeel van een systeem, verander je iets (wat dan ook, er komt een tegenreactie agv homeostase). Weerstand is normaal. 2 Binding Boodschap: iedereen heeft recht op een plek. Ook al wordt die positie anders ingenomen omdat er iets ingrijpends veranderd is. De manier waarop je die positie neemt kan veranderen. In hoe je die positie inneemt (ook belangrijke andere personen) laat je zien hoe je verbonden bent. In 2-tallen: hoe kom je dit tegen in je werk? Welke plek ben je geneigd te nemen? Hoe zou je hier nu anders naar kunnen kijken? Wat betekent dit voor jouw plek, rol of werksituatie? Bespreek, vraag open door (geen oplossingen/adviezen).	@ Bij alle kijklijnen ook de casus uit het gelezen document betrekken. 65'

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

	3 Ordening Oefening op 1 lijn gaan staan. 4 Balans geven en nemen 5 Bestemming noemen: organisaties zijn altijd op weg, includeer het verleden in het nu met het oog op straks (bestemming): voorbeeld Van Boeijenoord ("Never stamp out the past like an infection") Plenaire afronding overgaand in ↓	
4 Plenaire afronding 16.50-17.00 uur	Plenair bespreken Afronden Opdracht volgende keer: hier zit de uiteindelijke praktische toepassing.	@ 10'

HOOFDSTUK 6 Sessie 4 – Plaatsidentiteit en oefenen met ervaringsdeskundigen

6.1 Inleiding

Sessie 4 verdiept de HPM-methodiek in relatie tot het idee van plaatsidentiteit. Waar sessie 2 vooral focust op het sociaal-ruimtelijk kijken naar levens (plekken, plekkenkaarten), presentie en het persoonlijk herstelmodel, bouwt sessie 4 hierop door en richt zich op plaatsidentiteit (*place identity*): wie we zijn, in relatie tot de plekken die belangrijk voor ons zijn. In deze sessie gaat het over het verlies en het opnieuw ontwikkelen van identiteit op betekenisvolle plekken.

Voor mensen met NAH staat hun plaatsidentiteit vaak onder druk: de keuken, tuin, buurt of werkplek voelen niet meer als “van mij”, doordat activiteiten, rollen en mogelijkheden zijn veranderd. Het verlies van functie leidt dan tot verlies van identiteit, juist omdat identiteit en plek zo nauw verweven zijn. Sessie 4 helpt professionals om dit verschuivende thuisgevoel te herkennen, taal te geven en er met HPM-tools (plekkenkaart, identiteitsvragen) zorgvuldig mee te werken.

6.2 Algemene doelen

- De deelnemers verdiepen HPM rond identiteit en plaatsidentiteit.
- De deelnemers herkennen de invloed van NAH op identiteit in relatie tot plekken, rollen en relaties.
- De deelnemers integreren identiteitsvragen in het werken met plekkenkaarten.
- De deelnemers ontwikkelen bovenstaande door opnieuw te oefenen met ervaringsdeskundigen, nu met identiteitsfocus.

Zo wordt duidelijk dat HPM niet alleen het maken van een plekkenkaart of het navigeren in het HPM-werkraam is, maar rust op een presentiegerichte basishouding: zonder presentie verwordt HPM tot techniek; mét presentie wordt het een gezamenlijke, betekenisvolle zoektocht naar een nieuw thuisgevoel voor mensen met NAH.

6.3 Plaatsidentiteit

De focus verschuift nu van “plekken in kaart brengen” naar “identiteit op plekken verkennen”: wat betekenen concrete woon-, werk- en vrijetijdsplekken voor het kwetsbare zelf na NAH, en hoe verandert die betekenis na een ontwrichtende gebeurtenis.

6.3.1 Wat is plaatsidentiteit?

Plaatsidentiteit is een concept uit de omgevingspsychologie en sociale geografie, dat beschrijft hoe de fysieke omgeving, culturele context en emotionele verbinding van een individu met plekken de identiteit van mensen vormgeven. Het verklaart hoe en waarom de plekken waar we leven, werken en wonen deel worden van wie we zijn. Het gaat dus niet alleen om waar iemand is, maar om wie iemand daar is. Bij NAH komt die plaatsidentiteit vaak

onder druk te staan, omdat vertrouwde plekken zoals huis, werk, buurt of vrijetijdsplekken ineens vreemd, te druk, te vermoeiend of niet meer passend kunnen voelen.

Plaatsidentiteit is het geheel aan gevoelens, herinneringen, rollen en betekenissen dat aan een plek verbonden is. Plekken zijn meer dan locaties; ze zijn verweven met routines, relaties, waarden, levensgebeurtenissen, veiligheid en thuisgevoel, en worden daardoor onderdeel van iemands persoonlijke identiteit. In de sociaal-ruimtelijke benadering van HPM zijn belangrijke plekken zoals huis, buurt en werkplek daarom medebepalend voor wie iemand kan en wil zijn.

Binnen HPM wordt plaatsidentiteit bekeken vanuit drie samenhangende dimensies. De fysieke dimensie gaat over de tastbare omgeving, die je kunt zien, horen, voelen en ruiken, en de routines en vaardigheden die daarbij horen; de sociale dimensie over met wie iemand daar verbonden is en welke rollen daar worden vervuld; de persoonlijke dimensie over wie iemand op die plek is en welk gevoel, herinneringen en waarden ermee verbonden zijn. Deze dimensies overlappen elkaar voortdurend.

6.3.2 Wat verandert er bij NAH?

In de HPM-benadering van NAH verschuift de focus van het lichaam met beperkingen in een klinische omgeving naar een netwerk van belangrijke plekken in de thuisomgeving, omdat juist daar het dagelijks leven en het thuisgevoel onder druk komen te staan. Mensen met NAH voelen zich vaak niet meer thuis op plekken die vóór het letsel vanzelfsprekend waren, doordat overprikkeling, vermoeidheid, vertraagde informatieverwerking of andere onzichtbare gevolgen maken dat oude routines, sociale rollen en relaties niet meer op dezelfde manier kunnen worden opgepakt (Lettinga et. al., 2021).

Dat betekent bijvoorbeeld dat de keuken niet langer voelt als een plek van creativiteit en regie, maar als een plek van onzekerheid. De buurt kan overweldigend worden, werk kan een plek worden waar iemand niet meer weet hoe hij of zij zich moet verhouden, en sociale plekken zoals de stad, het buurthuis of de ontbijttafel kunnen hun vanzelfsprekende betekenis verliezen. Het verlies van functioneren raakt dan direct aan identiteit: wie je daar was, kun je daar niet meer zijn. Dat kan ervoor zorgen dat je je niet meer thuis voelt op bepaalde plekken.

6.3.3 Verlies en verwarring

Onderzoek en ervaringsverhalen binnen HPM laten zien dat mensen met NAH vaak tegelijk op meerdere plekken identiteitsverwarring ervaren. Ergens weer terug zijn is iets anders dan je er weer thuis voelen. Achtergrondgeluid, lichtprikkels, drukte of energieverlies kunnen maken dat iemand op het werk, thuis en in sociale situaties voortdurend botst op grenzen, waardoor oude rollen zoals werknemer, partner, ouder, vriend of gastvrouw onder druk komen te staan.

De casus van Mary laat bijvoorbeeld zien dat veel energie steken in één plek, zoals werk, betekent dat er minder energie overblijft voor andere betekenisvolle plekken zoals kroeg, sportschool en thuis. Zo wordt het netwerk van plekken kleiner en verandert ook de manier waarop iemand het leven op die plekken vormgeeft. Plaatsidentiteit raakt dus niet alleen één plek, maar het hele evenwicht tussen plekken in het dagelijks leven.

6.3.4 Ontwikkeling van plaatsidentiteit in HPM

Het idee van plaatsidentiteit maakt inzichtelijk dat herstel na NAH niet alleen gaat over functies, maar ook over het opnieuw leren bewonen van betekenisvolle plekken. Opnieuw ontwikkelen van plaatsidentiteit betekent dat iemand opnieuw verbinding, begrip, controle en vertrouwdheid kan ervaren op plekken die ertoe doen. Dat kan klein beginnen: weer een handeling in de keuken uitvoeren, een rustige ontmoetingsplek zoeken in plaats van een druk café, een terugtrekplek in huis maken, of met hulpmiddelen opnieuw toegang krijgen tot tuin, werk of buurt.

In HPM gebeurt dit via de plekkenkaart en via mappende en coachende vragen over toen, nu en straks. Zulke vragen helpen zichtbaar maken welke plekken iemand kwijtgeraakt is, waar iemand zich nog het meest zichzelf voelt, en wie iemand op een plek wil of kan worden. Daarmee wordt plaatsidentiteit niet gezien als iets dat vaststaat, maar als een proces: wie iemand was, is en wil zijn, ontwikkelt zich parallel met de plekken die opnieuw eigen gemaakt worden.

Voor begeleiding betekent dit dat professionals niet alleen moeten kijken naar klachten of beperkingen, maar ook naar de betekenis van plekken in iemands leven. De vragen verschuiven dan van “Wat lukt niet meer?” naar “Op welke plekken voel je je thuis?”

HPM helpt mensen met NAH om hun leven niet in één keer, maar plek voor plek opnieuw op te bouwen. Plaatsidentiteit maakt zichtbaar dat herstel niet alleen een medisch of psychologisch proces is, maar ook een sociaal-ruimtelijk proces: het hervinden van jezelf in een veranderend netwerk van betekenisvolle plekken.

6.4 De training SESSIE 4

6.4.1 Doel en resultaat van de sessie

- Deelnemers verdiepen hun begrip van plaatsidentiteit in HPM.
- Deelnemers leren identiteitsvragen te stellen aan de hand van een plekkenkaart.
- Deelnemers oefenen dit in gesprek met ervaringsdeskundigen.

6.4.2 Voorbereiding door de trainer

- Bestudeer leidraad en slides van sessie 4.
- Nodig dezelfde ervaringsdeskundigen als uit sessie 2 uit.
- Bereid de ervaringsdeskundigen voor op wat er van hen verwacht wordt. Zorg voor een gepaste beloning voor hun inspanningen.
- Zorg voor rustige en passende ruimtes om te oefenen met de ervaringsdeskundige. Per ervaringsdeskundige 1 ruimte.
- Maak je vertrouwd met de stof over plaatsidentiteit (6.3) en de identiteitsvragen (op de website).
- Maak je vertrouwd met het schema voor het oefenen met ervaringsdeskundigen.
- Bereid enkele verdiepende vragen voor voor plenaire nabesprekingen.

6.4.2 Rol van de trainer in sessie 4

- Je creëert vanaf het begin een veilig leerklimaat en benoemt de werkafspraken expliciet.
- Je verbindt ervaringen uit oefeningen en de verhalen van de deelnemers met het HPM-werkraam en het geleerde uit vorige sessies (gebruik de vloermat ter illustratie).
- Je modelleert presentie: aandachtig, niet-oordelend, ruimte gevend.
- Je vraagt waardierend door.
- Je zorgt voor rustige ruimtes voor de oefeningen.
- Je bewaakt tijd en participatie van alle deelnemers.

6.4.3 Materialen sessie 4

- Slides sessie 4.
- HPM-werkraam (vloermat, poster en/of slide).
- Instructies oefeningen.
- Stiften en/of kleurpotloden en A3 papier.

6.4.4 Bijlagen

- Observatieformulier bij de oefening met ervaringsdeskundigen
- Leidraad sessie 4 tabel x
- Slides sessie 4 PowerPoint (tijdens sessie) en pdf (om nadien te verspreiden)
- Voorbereiding deelnemers:
 - Meijering, L., & Lettinga, A. T. (2019). Levens na hersenletsel in sociaal-ruimtelijk perspectief: Wat biedt het de neurorevalidatie? Nederlands Tijdschrift voor Revalidatiegeneeskunde, 2019(5), 41-43.
 - Zoek op de website alles over identiteit, inclusief de bijbehorende vragen.

6.4.5 Leidraad sessie 4 per onderdeel (tijden zijn indicatief) zie ook tabel 5

1 Check-in (10 minuten)

Korte welkomsrunde, aandacht voor hoe deelnemers zijn binnengekomen. Programma van vandaag.

Landingsoefening: leerdoelen

Instructie landingsoefening: leerdoelen

Vraag iedereen lekker te gaan zitten, ogen dicht.

“Ga met je gedachten terig naar de eerste bijeenkomst. Welke doelen had je voor jezelf gesteld? Wat wilde je bereiken met deze training?”

“Wat heb je hiervan al bereikt? Wat nog meer?”

“Waarover ben je verrast?”

“Wat zou je de laatste 2 sessies nog aandacht willen geven?”

“Neem je antwoorden mee voor jezelf in de deze en de laatste sessie.”

2 Introductie plaatsidentiteit (ca 5 minuten minuten)[sessie 4 slides 6-8]

Licht de term plaatsidentiteit en de relatie met NAH kort toe aan de hand van paragraaf 6.3 en de website. Dit kan kort omdat de deelnemers zich ook hebben voorbereid.

3 Bespreken plekkenkaarten (ca 20 minuten)

Je bespreekt de opgestuurde plekkenkaarten van de deelnemers. Doel: door middel van de plekkenkaarten en de bijbehorende verhalen uit hun praktijk de *systemische en identiteitsvraagstukken* te horen. In de bespreking stel je vooral ook vragen. Bijvoorbeeld: welke kijklijn is hier aan de orde? Of, welke identiteitsvraag zou hierbij kunnen passen? Je gebruikt de ingeleverde plekkenkaarten en bijbehorend verhaal om bewustzijn te creëren voor de systemische kijklijnen en plaatsidentiteit. Als je veel plekkenkaarten hebt ontvangen, maak dan een keuze die vermoedelijk mooie aanknopingspunten biedt.

4a en b oefenen met ervaringsdeskundigen (ca 70 minuten)

De deelnemers oefenen in dezelfde koppels met dezelfde ervaringsdeskundige uit sessie 2. Hiermee kunnen ze voorbouwen op wat er in sessie 2 al is uitgewisseld. Dit oefenen vindt plaats in een rustige, afgesloten ruimte. Er is veel tijd gereserveerd zodat er in alle rust een gesprek vanuit HPM opgebouwd kan worden.

Van de ervaringsdeskundigen wordt verwacht dat je in staat en bereid zijn over hun eigen leven met NAH te praten. Ze weten dat de deelnemers oefenen en zijn in staat om waarderende en duidelijke feedback te geven. Dit bereid je van tevoren voor met de ervaringsdeskundigen. Zij hoeven niet persé ingevoerd te worden in HPM. Het is wel handig als ze weten dat er over belangrijke plekken in hun leven voor, en na NAH gesproken wordt. Indien mogelijk check je bij ervaringsdeskundigen of er belemmeringen zijn om met bepaalde deelnemers te oefenen. Hiermee kun je rekening houden bij het indelen van de oefengroepjes. Dit doe je van tevoren zodat hier geen tijd verloren gaat en je efficiënt in de aparte ruimtes kunt gaan tijdens de trainingssessie.

Introduceer de bedoeling van de oefening plenair [sessie 4 slide x]. De deelnemers kunnen de plekkenkaart die de vorige sessie gemaakt is weer gebruiken.

Introductie oefenen met ervaringsdeskundige

Benadruk dat het geen rollenspel is, maar dat ze in gesprek gaan met het echte levensverhaal van hun gesprekspartner.

- *Je gaat oefenen met dezelfde ervaringsdeskundige. Zijn/haar verhaal staat centraal en ten dienste van jullie oefening. **Je gebruikt (het maken van) een plekkenkaart om het gesprek met de ervaringsdeskundige te voeren. Je oefent hierin ook jouw focus op identiteit.***
- *Bereid met je buddy kort voor waar je mee wilt experimenteren of oefenen om bij te dragen aan het je eigen maken van de identiteitsvragen. [introduceer de kijkwijzer dat hier voor gebruikt kan worden [bijlage x]*
- *Waar wil je dat jouw buddy vooral op let? Waar wil je feedback op?*
- *Jullie hebben in totaal 60 minuten.*
- *Dat is 30 minuten per persoon. Je voert maximaal 20 minuten het gesprek met de ervaringsdeskundige. Dan hebben jullie 10 minuten om het gesprek na te bespreken. Wees kort, warm en duidelijk in je feedback. Laat ook vooral de ervaringsdeskundige aan het woord.*
- *Gebruik de bijgevoegde kijk- en luisterwijzer [in bijlage] gebruiken als geheugensteuntje in je observaties en feedback.*
- *Degene die niet het gesprek voert houdt de tijd bij en observeert (ga iets buiten het gesprek zitten en reageer niet op wat er in het gesprek gebeurt, houd je afzijdig).*

Introduceer plenair de bedoeling en leg laat de deelnemers met hun ervaringsdeskundige naar de ruimte gaan.

Ga als trainer bij een groepje zitten en wissel halverwege van groepje. Je kunt als trainer niet overal bij zijn. Vertrouw op de kracht en expertise van de ervaringsdeskundigen.

5 Bespreek plenair na (ca 20 minuten)

Laat hierbij vooral de ervaringsdeskundigen aan het woord.

Rondt de sessie af door de ervaringsdeskundigen te bedanken voor hun waardevolle feedback en prijs de deelnemers voor hun moed om iets te oefenen wat ze nog moeten leren. Het ongemak dat daar mee gepaard gaat, hoort erbij.

Geef de opdracht voor de volgende keer [sessie 4 slide x]. Neem even de tijd om uit te leggen wat er van de deelnemers wordt verwacht bij het schrijven van een reflectieverslag.

Het reflectieverslag

Het doel van de verslagen is tweeledig: voor de deelnemer om alles nog eens de revue te laten passeren en te leren van de ervaringen; voor jou als trainer om inzicht te krijgen in hoe je het beste kunt aansluiten bij hun verhaal om de laatste sessie in te richten.

Tabel 5 Leidraad sessie 4 in tabel

Titel Sessie 4	HPM identiteit en oefenen met ervaringsdeskundigen	
Onderdeel	Uitwerking	Wie
Vorbereiding	Website bestuderen: identiteit Lees: Meijering & Lettinga 2019 Doel: voorkennis stimuleren	
Doel en resultaat sessie 2	Doel: Deelnemers verdiepen HPM op identiteit Weten en ervaren het belang van plaatsidentiteit Integreren hun kennis door het oefenen met ervaringsdeskundigen	
1 Check in 14.30-14.45 uur	Welkom en programma van vandaag Pas op de plaats leerdoelen	
2 Introductie plaatsidentiteit 14.45-14.50 uur	Korte intro plaatsidentiteit (in relatie tot fysiek en sociaal)	
3 Bespreken plekkenkaarten 14.50-15.15 uur	Bespreken opgestuurde plekkenkaarten van de cursisten. Doel: door middel van de plekkenkaarten en de bijbehorende verhalen uit hun praktijk de <i>systemische en identiteitsvraagstukken</i> te horen.	
Pauze 15.15-15.25 uur	Pauze en welkom ED	
4a Oefenen met ED-ers voorbereiden 15.25-15.35 uur	In oefen groepjes kort voorbereiden (zie A4-tje). Focus: identiteitsvragen Intussen ED-ers installeren in de ruimtes	
4b HPM en identiteit Oefenen met ervarings deskundigen 15.35-16.35 uur	Verbinden met HPM: verdiepen van werkraam Het belang van presentie in HPM Uitlichten dimensies fysiek, sociaal en persoonlijk	

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

	Dezelfde ED-ers en deelnemers als oefen groepje. Als je de vorige keer alleen geobserveerd hebt, dan nu beginnen. Tijd op slide Vooraf de ED-er aan het woord laten	
5 Plenair afronden 16.35-17.00 uur	Plenair nabespreken Afronden Opdracht volgende keer: extra aandacht voor het reflectieverslag	@ 20'

Bijlage bij oefening ervaringsdeskundige: kijkwijzer

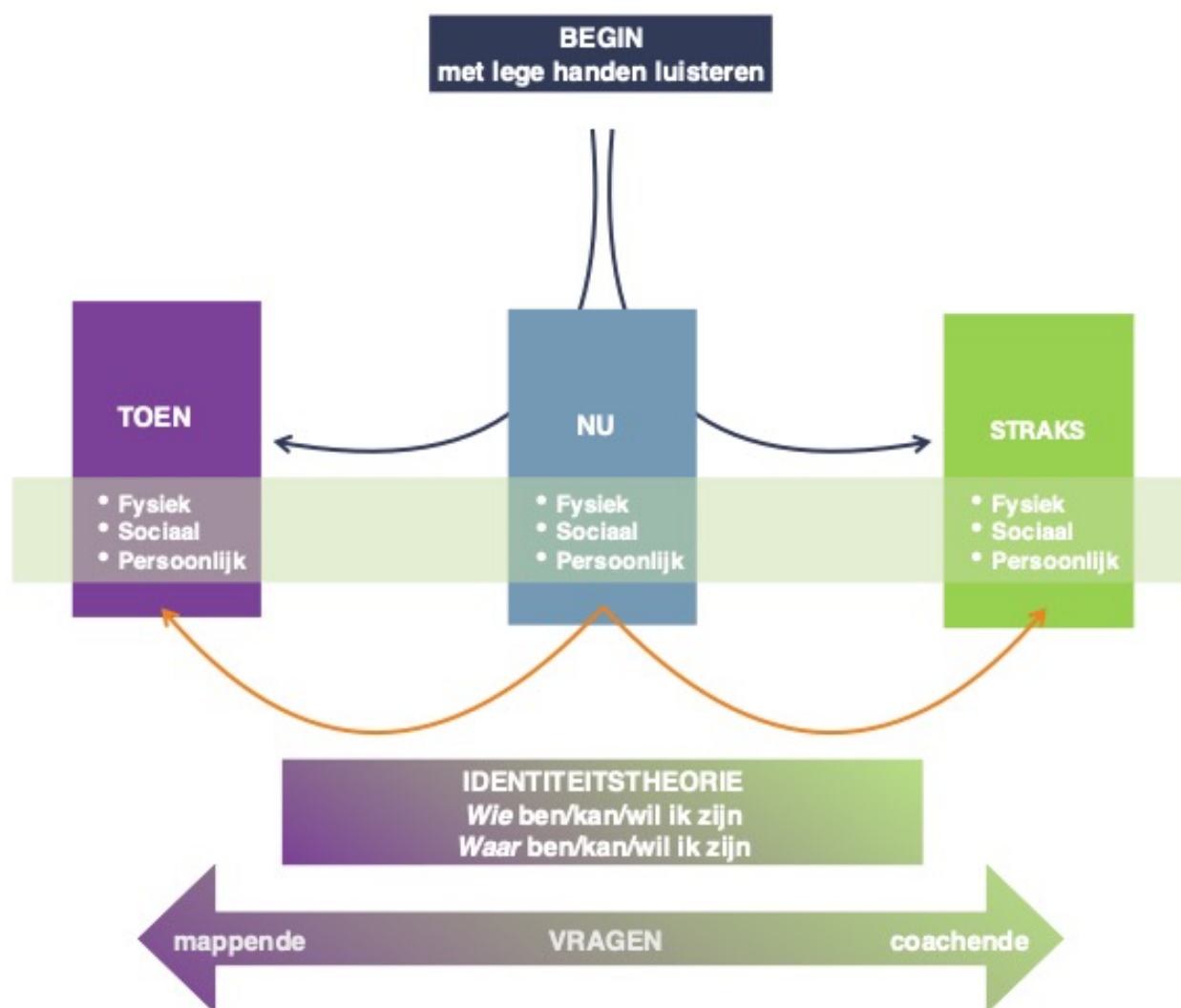
Oefenen met een ervaringsdeskundige: plekkenkaart identiteit

- Je gaat oefenen met dezelfde ervaringsdeskundige als de vorige keer. Je kunt dus aansluiten bij het verhaal en waar jullie zijn gebleven. Ook nu weer staat het verhaal van de ED-er centraal en ten dienste van jullie oefening.
- Bereid met je buddy kort voor hoe je gaat oefenen met de persoonlijke dimensie van de plekken (plekidentiteit).
- Welke identiteitsvragen zouden passend zijn gezien het verhaal van de vorige keer?
- Wat zijn jouw valkuilen en hoe ga je hier mee om om HPM te dienen?
- Waar wil je dat jouw buddy vooral op let? Waar wil je feedback op?
- Jullie hebben in totaal 60 minuten.
- Dat is 30 minuten per persoon. Je voert maximaal 20 minuten het gesprek met de ervaringsdeskundige. Dan hebben jullie 10 minuten om het gesprek na te bespreken. Wees kort, warm en duidelijk in je feedback. Laat ook vooral de ervaringsdeskundige aan het woord.
- Gebruik de bijgevoegde kijk- en luisterwijzer gebruiken als geheugensteuntje in je observaties en feedback.

KIJK- en LUISTERWIJZER bij Home and Place Making Network van Plekken

Presentie		
• Contact. • Leeg (geen checklist in je hoofd), interrompeerbaar.		
TOEN	NU	STRAKS
Fysiek (activiteiten, routines, plek, netwerk van plekken) • • • Sociaal (rollen, relaties) • • • Persoonlijk (identiteit) • • •	Fysiek (activiteiten, routines, plek, netwerk van plekken) • • • Sociaal (rollen, relaties) • • • Persoonlijk (identiteit) • • •	Fysiek (activiteiten, routines, plek, netwerk van plekken) • • • Sociaal (rollen, relaties) • • • Persoonlijk (identiteit) • • •
Welke interventies/vragen over plaatsidentiteit herkende je? Welke interventies/vragen waren dat? Wat was het effect? 		

WERKRAAM IN BEELD



HOOFDSTUK 7 Trainingssessie 5 Integratie

7.1 Inleiding

In de voorgaande sessies hebben de deelnemers kennisgemaakt met het HPM-denk- en werkraam en geoefend met presentie, persoonlijk herstel, systemisch kijken, plekidentiteit en het werken met plekkenkaarten. In deze bijeenkomst staat de vraag centraal hoe deze verschillende bouwstenen samenkomen in het handelen van de professional, in contact met mensen met NAH en hun naasten.

7.2 Algemene doelen

De doelen van deze bijeenkomst zijn:

- De deelnemers integreren hun ervaringen en inzichten uit alle voorgaande sessies.
- De deelnemers kunnen de verschillende lagen van HPM (plekken, presentie, systeem, identiteit, herstel, toen-nu-straks) verbinden in hun eigen praktijk.
- De deelnemers ontvangen gerichte feedback op hun leerproces en formuleren hun volgende stappen als HPM-professional.

7.3 De integratie

De integratiesessie is bedoeld om terug te kijken, samenhang aan te brengen en vooruit te kijken. Deelnemers worden uitgenodigd om hun eigen leerproces onder woorden te brengen: welke inzichten hebben zij opgedaan, welke hobbels zijn zij tegengekomen, wat hebben zij al geïntegreerd in hun werk, en waar ligt nog een ontwikkelopgave. Daarmee sluit deze sessie aan bij de kern van HPM zelf: niet lineair werken naar een eindpunt, maar stap voor stap zicht krijgen op wat van betekenis is, wat gegroeid is en wat verdere aandacht vraagt.

7.3.1 De reflectieverslagen

De reflectieverslagen van jouw deelnemers vormen daarbij een belangrijke bron. Deze verslagen helpen om rode draden zichtbaar te maken in het leerproces van de groep en bieden jou als trainer aanknopingspunten om de laatste sessie zo in te richten dat die werkelijk aansluit bij wat deelnemers nodig hebben. Zo wordt de integratiesessie niet alleen een evaluatiemoment, maar ook een gezamenlijke oefenruimte waarin ervaringen worden verdiept, erkend en met elkaar verbonden.

7.3.2 Rol van de trainer

Voor de trainers vraagt deze sessie in het bijzonder om een waarderende, coachende en structurerende rol. Enerzijds is het van belang ruimte te maken voor persoonlijke en professionele reflectie; anderzijds vraagt de sessie om focus, duiding en het helpen expliciteren van samenhang tussen de verschillende onderdelen van de training. De trainer

bewaakt daarbij een veilig leerklimaat, nodigt uit tot open uitwisseling en ondersteunt deelnemers om hun ervaringen te vertalen naar concrete vervolgstappen in hun praktijk. Je geeft zelf per persoon waarderende feedback waarbij je aangeeft wat je aan ontwikkeling hebt waargenomen en wat je de deelnemer in een vervolgstap zou willen meegeven of gunnen.

De bedoeling van deze laatste sessie is uiteindelijk dat deelnemers met meer vertrouwen verder kunnen werken met HPM. Niet als iemand die de methodiek “af” beheerst, maar als professional die heeft geleerd om met lege handen te luisteren, betekenisvolle plekken te verkennen, identiteit en systeemdynamiek te herkennen en van daaruit mensen met NAH te ondersteunen bij het opnieuw vormgeven van hun leven. Zo wordt de integratiesessie een brug tussen de training en de eigen praktijk, en tussen individuele leerervaringen en het bredere netwerk van HPM-professionals waarvan deelnemers nu deel uitmaken.

7.4. De training **SESSIE 5**

7.4.1 *Doel en resultaat van de sessie*

- De deelnemers kijken terug op hun leerproces over de volle breedte van de training (presentie, herstelconcept, systeembril, plekidentiteit, werken met plekkenkaarten) en weten daarin patronen en groei te herkennen.
- Ze zien hoe deze onderdelen samen een samenhangend HPM-werkraam vormen dat zij in hun eigen praktijk kunnen toepassen.
- Ze kunnen hun eigen manier van werken met HPM verwoorden, inclusief successen, dilemma's en leerpunten.
- De deelnemers formuleren concrete voornemens voor hoe zij HPM verder willen integreren in hun dagelijkse werk én hoe zij zich als HPM-professional verder willen ontwikkelen. Ze zijn geïnspireerd door de mogelijkheden die het werken met HPM voor mensen met NAH en hun naasten biedt.

7.4.2 *Vorbereiding door de trainer*

- Bestudeer leidraad en slides van sessie 5.
- Lees zorgvuldig alle reflectieverslagen en voorzie ze van waarderende feedback. Als je met meerdere trainers of een vaste ervaringsdeskundige in de training werkt, kun je de verslagen verdelen.
- Bepaal op basis van de verslagen de focus voor het praktische deel van de sessie: welk thema verdient nog aandacht en oefening. In deze handleiding is de focus gelegd op het integraal werken met twee belangrijke plekken om de gelaagdheid van het HPM-werkraam nogmaals te laten ervaren.
- Je bent vrij om naar aanleiding van de verslagen een andere focus en passende oefening te kiezen. Ontwerp dan een bijpassende werkvorm voor oefening of reflectie waarbij het doel ervan in lijn is met de algemene doelen.
- Bereid enkele verdiepende vragen voor voor plenaire nabesprekingen.

7.4.3 *Rol van de trainer in sessie 5*

- Je creëert vanaf het begin een veilig leerklimaat en benoemt de werkafspraken expliciet.
- Je verbindt ervaringen uit oefeningen en verhaal met het HPM-werkraam.
- Je modelleert presentie: aandachtig, niet-oordelend, ruimte gevend.
- Je vraagt waarderend door.
- Je bewaakt tijd en participatie van alle deelnemers.

- Je besteedt ruim de tijd voor een goede, waarderende afronding met gelijkwaardige aandacht voor elke deelnemer. Houdt hierbij de tijd scherp in de gaten zodat deze aandacht ook gelijk verdeeld blijft.

7.4.4 Materialen sessie 5

- Slides sessie 5.
- HPM-werkraam (vloermat, poster en/of slide).
- Instructies oefening(en).
- Stiften en/of kleurpotloden en A3 papier.
- Placemats of gekleurde vellen papier om op te staan.
- Sticky notes.

7.4.5 Bijlagen

- Leidraad sessie 5 tabel
- Slides sessie 5 PowerPoint (om te laten zien) en pdf (om te verspreiden)
- Voorbereiding deelnemers:
 - Maak een samenvatting van je eigen leerproces tot nu toe (max. 2-4 pagina's). Onderscheid hierin de 4 voorgaande sessies.
 - Welke inzichten heb je gekregen? Welke hobbels heb je al overwonnen? Hoe heb je geleerd? En met welk resultaat?
 - Wat heeft het jou persoonlijk opgeleverd? En wat heeft het jou als professional opgeleverd?
 - Hoe heb je HMP geïntegreerd in je beroepspraktijk?
 - Wat is nog een uitdaging?

7.4.6 Leidraad sessie 5 per onderdeel (tijden zijn indicatief) zie ook tabel 6

1 Welkom en samenvatting thema's en quotes uit de reflectieverslagen (ca 15 minuten) [serie 5 slide 3]

- Welkom met complimenten voor de reflecties.
- Doel van de sessie.
- Korte samenvatting uit de reflecties [sessie 5 slide 3]. Deze slide bereid je voor na het lezen van de reflectieverslagen. Probeer hier los te komen van persoonlijke verhalen, maar ze meer thematisch te beschrijven. Daarnaast kun je letterlijk citeren als er mooie, korte quotes in de verslagen staan die illustratief zijn voor de impact die het werken met HPM heeft.

2 Dimensies van thuis en persoonlijk herstelconcept herhaling (ca 20 minuten) [sessie 5 slide 4]

De focus van dit onderdeel is een herhaling van het HPM-werkraam en het persoonlijk herstelconcept als achterliggende concepten bij het maken van een plekkenkaart in gesprek met cliënten. Hierbij laat je zien wat inzoomen en uitzoomen is. Inzoomen doe je als je een plek dieper verkent, dimensie voor dimensie. Uitzoomen doe je als je het netwerk van plekken zichtbaar wilt maken. Je tekent dan alle plekken en hun relatie tot elkaar. Hiermee kun je ook de toegankelijkheid van de plekken in beeld brengen. Je geeft nog een korte toelichting aan de hand van de informatie uit de paragrafen 3.3-3.5 uit dit handboek. Gebruik het vloerkleed als ondersteuning en voorbeeld uit de eigen praktijk of die van de deelnemers die je gehoord of gelezen hebt.

3a, b en c Oefening inzoomen dimensies van thuis [sessie 5 slides 5-6]

Je nodigt de deelnemers uit om aan de hand van een plekkenkaart van zichzelf in de ruimte te oefenen. Je hebt hiervoor placemats of gekleurde vellen papier nodig. Deze leggen de deelnemers op de grond. De oefening gebeurt dus staande in de ruimte. Door de ruimte te gebruiken krijgt het gesprek een andere dynamiek in vergelijking met het werken achter een tafel. Nodig deelnemers nadrukkelijk uit om er ook op de plekken te gaan staan.

3 a-c Instructie Oefenen met de dimensies op plekken in de ruimte (in tweetallen) (ca. 45 min zie slide 5)

- *Deelnemers werken in tweetallen met eigen ervaringen als uitgangspunt.*
 - *Eén persoon legt twee belangrijke plekken (bijvoorbeeld thuis en werk) op de grond met placemats of gekleurde vellen. De ander voert het gesprek en gaat via vragen de dimensie van thuis bij langs. Antwoorden van de ander kunnen op sticky notes geschreven worden en op placemat of het vel papier worden geplakt. Deze stickies geven dan informatie over het inzoomen op de betreffende plek. Halverwege wisselen de rollen.*
 - *De trainer benadrukt:*
 - *Het is geen rollenspel, je neemt het eigen leven als uitgangspunt en de ander hoeft zich niet als zorgprofessional op te stellen;*
 - *focus op inzoomen;*
 - *tempo van de ander volgen;*
 - *oog hebben voor alle drie dimensies van thuis.*
 - *Plenaire nabespreking: wat werkte, waar liepen deelnemers tegenaan, welke vragen roept het op voor de eigen praktijk? Gebruik hierbij het vloerkleed om de samenhang tussen de verschillende aspecten van HPM nogmaals te bepreken.*
-

4 Feedback op de reflectieverslagen (ca 45 minuten)

Als je met meerdere mensen de training geeft, kun je de verslagen verdelen in de voorbereiding voor de feedback. Het is wel handig om alle verslagen te lezen om zicht te krijgen op de rode draden of thema's die de basis zijn voor de focus in deze sessie. In dit handboek staat een voorstel waar je van af kunt kijken. Houd hierbij wel de doelen in het algemeen en van deze sessie in het bijzonder als richtsnoer.

Het risico van deze ronde is dat je op het einde moet 'afraffelen'. Je kunt ervoor zorgen dat iedereen evenveel aandacht krijgt door goed per persoon te plannen. Dat betekent ook dat jouw feedback warm (waarderend), kort en krachtig is.

Als je bewijzen van deelname uit wilt reiken, kun je dat in deze ronde prima doen.

5 Afronding (ca 5 minuten) [sessie 5 slide 7]

Geef kort je eigen algemene impressies van de gehele training en wijs de deelnemers op de website, nieuwsbrief of andere zaken die je onder de aandacht wilt brengen voor de toekomst.

Tabel 6 Leidraad sessie 5 Tijden zijn indicatief

Titel Sessie 5	HPM-integratie en afronding	
Onderdeel	Uitwerking	Wie
Vorbereiding	Oefenen aan de hand van een plekkenkaart: integreer inzichten Maak samenvatting leerproces per sessie (persoonlijk en professioneel) Doel: terughalen en integreren inzichten in praktijk	
Doel en resultaat sessie 5	Doel: Deelnemers verdiepen HPM door integratie van alle lagen Krijgen inzichten hoe te verweven met en bestendigen in hun beroepspraktijk	
1 Welkom 14.30-14.45 uur	Welkom (complimenten voor de reflecties) en programma van vandaag (alleen toelichten) Doel van de middag Korte samenvatting van de info uit de reflecties	@ 15 min
2 Dimensies van het thuisgevoel + persoonlijk herstelconcept centraal 14.45-15.05 uur	Dimensies van het thuisgevoel benadrukken Inzoomen – uitzoomen belichten Koppeling met persoonlijk herstelconcept: wat betekent dit voor de praktijk	@ 20 minuten
3a 15.05-15.10 uur	Introductie oefening inzoomen dimensies plekken Nodig gekleurde vellen papier Sticky notes	@ 5 minuten

HANDBOEK TRAINING Home & Placemaking voor professionals

3b Oefening plekken 15.10-15.50 uur	Uitvoering oefening inzoomen dimensies plekken	@ 30 minuten
3c Plenair nabespreken 15.50-16.00 uur	Plenair nabespreken	@ 10 minuten
16.00-16.10 uur	PAUZE	10 minuten
4 Feedback reflectieverslagen 16.10-16.55 uur	Warm afscheid per persoon op basis van het reflectieverslag of indrukken tijdens de training (max 2 minuten per persoon, tenzij je meer tijd hebt)	@ 45 min
5 Afronding 16.55-17.00 uur	Houd nieuwsbrief en website in de gaten voor vervolgactiviteiten.	@ 5 min

Referenties

- Anderson, L. W.; Krathwohl, D. eds. (2001). A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives. New York: Longman.
- Arievitch, I. M., & Haenen, J. P. P. (2005). Connecting Sociocultural Theory and Educational Practice: Galperin's Approach. *Educational Psychologist*, 40(3), 155–165.
- Baart, A. (2004). Introductie in de presentietheorie.
- Cooperrider, D. L., & Srivastva, S. (1987), "Appreciative inquiry in organizational life", in Woodman, R. W.; Pasmore, W.A. (eds.), *Onderzoek in organisatieverandering en ontwikkeling*, Vol. 1, Stamford, CT: JAI Press, blz. 129-169.
- Edmondson, A., (1999) Psychological Safety and Learning Behavior in Work Teams. *Administrative Science Quarterly*.44, Issue 2.
- Home & place making. (n.d.). <https://homeplacemaking.nl/>
- Lettinga, A., Slagter, M., & Merkelijn, E. (2021). Werken vanuit plekken in het echte leven. *TSG Tijdschrift Gezondheidswetenschappen*, 99, 30–35.
- Meijering, L., & Lettinga, A. (2019). Levens na hersenletsel in sociaal-ruimtelijk perspectief. Wat biedt het de neurorevalidatie? *Tijdschrift voor Revalidatiegeneeskunde*, 41(5), 41–43.
- Spanjersberg, M., Van den Hoek, A., Van Zanten, E. V., & Van Wingerden, R. (2016). *Systeemdenken in de praktijk: De kunst van het verbinden* (2nd ed.).
- Surma, T et. al., 2019 *Wijze lessen: twaalf bouwstenen voor effectieve didactiek*. Ten Brink Uitgevers Meppel.
- Tanner, B., Tilse, C., & de Jonge, D. (2008). Restoring and sustaining home: The impact of home modifications on the meaning of home for older people. *Journal of Housing for the Elderly*, 22(3), 195–215. <https://doi.org/10.1080/02763890802232048>
- Van Weeghel, J., Delespaul, P., Bovenberg, F., & Mulder, N. (2025). Promoting citizenship and recovery support for serious psychiatric disorders. *Tijdschrift voor Psychiatrie*, 67(1), 33–36.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.