

Gentle Teaching

Samenvatting

Doel

Ontwikkelen van een onvoorwaardelijke, wederkerige vertrouwensrelatie tussen de persoon en de begeleider, zodat de persoon beter in staat is zelf met stress om te gaan of op momenten van oplopende stress toegankelijk is voor niet-beheersmatige begeleiding en zo nodig overname van de regie.

Doelgroep

Mensen met een verstandelijke beperking die in stressvolle situaties onvoldoende mogelijkheden voor zelfcontrole hebben en daardoor gedrag ontwikkeld hebben dat schadelijk is voor henzelf of anderen.

Aanpak

De *Gentle Teaching*-interventie bestaat uit drie aspecten:

- Beeldvorming over de persoon op basis van de uitgangspunten van *Gentle Teaching*.
- In een individueel traject leert de persoon zich onvoorwaardelijk veilig, geliefd, liefdevol en verbonden te voelen met de begeleider en bij oplopende spanning verbonden te blijven en op de regie van de begeleider te vertrouwen.
- Persoonlijke ontwikkeling (door reflectie en gerichte oefeningen) geeft de begeleider inzicht in de eigen emoties. Hij ontwikkelt vaardigheden om verstorende emoties te transformeren of los te laten en kan daardoor op een authentieke manier de relatie met de persoon ontwikkelen.

Twee ondersteunende processen die tijdens de interventie in gang gezet worden, zorgen voor een duurzaam effect:

- Ontwikkelen van een *Cultuur van Hoop* door het integreren van de uitgangspunten van *Gentle Teaching* in de dagelijkse werkhouding.
- Ondersteunen/verbeteren van de kwaliteit van leven van de persoon en hem helpen eigen mogelijkheden te ontwikkelen om de gewenste kwaliteit van leven te realiseren.

Materiaal

Via de website www.gentleteaching.nl:

- inhoudelijke beschrijving van *Gentle Teaching*;
- evaluatieformulieren voor de persoon met een beperking;
- evaluatieformulier voor het handelen van de begeleider;
- formulierenset voor de opzet van een persoonlijk plan;
- werkboek *Gentle Teaching*.

Andere boeken:

- *Gentle Teaching*, P. van de Siepkamp, Nelissen, 2005;
- *Zorg met compassie*, P. van de Siepkamp, Altamira Becht, 2009.

Onderbouwing

Gentle Teaching is gebaseerd op de psychologie van wederzijdse afhankelijkheid (McGee et al., 1991). Deze psychologie gaat ervan uit dat mensen sociale wezens zijn die zich alleen in een wederkerige relatie met anderen op een natuurlijke wijze ontwikkelen. Ieder mens heeft behoefte aan een hechte relatie met belangrijke mensen, gebaseerd op de pijlers veilig, geliefd, liefdevol en verbonden waardoor hij zich ingebed voelt in een veilige en zorgzame omgeving. Als aan deze behoeftes niet wordt voldaan, heeft de persoon geen intrinsieke motivatie om zorgzaam met anderen om te gaan en is de kans groter dat hij zich op momenten van spanning onveilig voelt in de nabijheid van de begeleiding. Hierdoor is hij op die momenten niet meer vanuit die relatie te begeleiden. Om mensen in deze ontwikkeling te ondersteunen kunnen we volgens McGee niet volstaan met het 'modificeren' van het gedrag, maar moeten we de persoon ontmoeten in wie hij ten diepste is en wie hij door zijn aanleg en zijn levensgeschiedenis geworden is.

Onderzoek

Erkenning

Erkend door:

Deelcommissie Gehandicaptenzorg d.d. 24/09/2015

Oordeel: theoretisch goed onderbouwd

Referentie

De referentie naar dit document is:

Van de Siepkamp (2015), Databank interventies langdurende zorg: beschrijving *Gentle Teaching*.
Utrecht: Vilans.

Uitgebreide omschrijving

1. Probleembeschrijving

1.1 Probleem

Mensen met een verstandelijke beperking ervaren eerder en vaker stress dan mensen zonder een verstandelijke beperking (Došen, 2005) en zijn minder goed in staat deze stress te reguleren. De mogelijkheden tot stressregulering worden bovendien verminderd bij het ontbreken van een hechte relatie met belangrijke anderen, zoals ouders en begeleiders. (Janssen et al., 2002)

Als de spanning zo hoog is opgelopen dat de persoon zijn zelfcontrole verloren heeft, kan dit zich uiten in schadelijk gedrag, zoals zelfverwonding, verbaal of fysiek geweld in de richting van anderen, destructief gedrag, zich terugtrekken in afzondering, enzovoort. Om dit te voorkomen hebben ze anderen nodig om te helpen met de stress om te gaan (Sterkenburg et al., 2011).

Hoewel gedrag - en dus ook probleemgedrag - zich door middel van conditioneringspatronen ontwikkeld heeft, is het feit dat het plaatsvindt en de persoon dit niet kan tegenhouden, een gevolg van emotionele problemen. Op operante conditionering gestoelde benaderingen hebben weinig te bieden voor mensen waar de emotionele problemen de overhand hebben - en dat komt in deze doelgroep juist heel frequent voor (Stenfert-Kroese, 1988).

Als gesproken wordt over probleemgedrag, kan dit niet los gezien worden van de sociale context waarin de persoon leeft. Deze context bestaat uit de personen met wie hij het leven deelt (huisgenoten, collega's op werk of dagactiviteiten), en in het bijzonder uit de begeleiding van wie hij afhankelijk is voor zijn dagelijks welbevinden en die in voorkomende situaties zijn externe locus of control moet zijn.

Het gedrag zelf is het probleem van de omgeving, het probleem dat de persoon zelf ervaart, is de aanleiding tot het gedrag. De interventie moet derhalve op dat probleem gericht zijn, of op de vraag hoe de persoon - met ondersteuning van de begeleider - kan leren omgaan met dat probleem op een manier die door anderen niet meer als problematisch ervaren wordt.

In de relatie met de begeleiding zien we vaak dat de persoon zich niet onvoorwaardelijk veilig en geliefd voelt bij de begeleider die de regie op het moment van stress over moet nemen (externe locus of control). Diens aanwezigheid wordt op die momenten - op basis van negatieve ervaringen in het verleden - eerder als bedreigend en overheersend ervaren, dan als veilig en zorgzaam. Als de begeleider niet in staat is de persoon op een veilige manier door een stressmoment te (bege)leiden, valt deze vaak terug op een beheersmatige manier om schade te voorkomen. Hierdoor kan een vicieuze cirkel ontstaan waarbij de afstand tussen persoon en begeleider steeds groter wordt en de persoon zich steeds moeilijker op een veilige en liefdevolle manier durft te laten begeleiden (McGee et al., 1987).

Ook de leefomgeving van de persoon is onderdeel van het probleem. Enerzijds omdat hier schade als gevolg van het gedrag kan ontstaan, anderzijds omdat interacties met de omgeving bij de persoon tot stress en frustratie kunnen leiden. Als mensen in een omgeving zijn die negatieve emoties oproept, zijn ze minder open en minder in staat om eigen liefdevolle kwaliteiten te ontwikkelen (Fredrickson, 2013). Evenals in de relatie met de begeleider, kunnen we dus ook hier een vicieuze cirkel zien waarin negatieve emoties versterkt kunnen worden, ten koste van de ontwikkeling van positieve kwaliteiten.

In feite is er dus altijd sprake van een meervoudig probleem:

- Persoon ervaart stress en frustratie, en is onvoldoende in staat eigen emoties te hanteren en de steun van begeleiding te accepteren om samen de moeilijke momenten te doorstaan.
- De begeleider is onvoldoende in staat onvoorwaardelijk te zijn voor de persoon en hem te leren zich veilig, geliefd, liefdevol en verbonden te voelen.

- De leefomgeving biedt te weinig veiligheid en inbedding voor de persoon en nodigt hem onvoldoende uit de eigen zorgzame kwaliteiten te laten zien.

1.2 Spreiding

Volgens de gegevens van het CIZ (eind 2013) zijn er binnen de AWBZ-voorzieningen ongeveer 40.500 personen met een verstandelijke beperking en gedragsproblemen, waarvan 11.180 met ernstige gedragsproblemen (ZZP-VG7). Dit is ongeveer 25% van de populatie van instellingen.

Janssen spreekt over een percentage tussen 30% en 60% (Janssen, 2010).

Dit zijn vrijwel allemaal mensen waarbij het nodig is dat de begeleiding op gezette tijden de regie over moet kunnen nemen, teneinde een uiting van stress en emoties in schadelijk gedrag te kunnen voorkomen.

1.3 Gevolgen

Gevolgen voor de personen zelf:

- Iedere keer dat een persoon het gevoel heeft op een beheersmatige wijze gecorrigeerd of beperkt te worden in zijn gedrag, neemt het gevoel van onveiligheid in de relatie toe, waardoor de begeleidingstoegankelijkheid in toekomstige stresssituaties afneemt (McGee, et al., 1987).
- Als dit proces lang duurt, kan het leiden tot een grotere weerbarstigheid - de schijnbare behoefte om altijd de strijd op te zoeken, of het tegenovergestelde: gelatenheid, onderdanigheid en hospitalisatiegedrag.
- Als personen langdurig leven in een beheersmatige (onderdrukkende) omgeving, gaan ze zich er zo mee vereenzelvigen, dat ze niet meer zonder lijken te kunnen, en zelf de neiging ontwikkelen om onderdrukkend gedrag naar anderen te ontwikkelen (Freire, 1980).
- Spanningen kunnen zich ook uiten in naar binnen gekeerd geweld: verwaarlozing van zichzelf, negatieve zelfbevestiging, 'terugtrekken' in eenzaamheid, automutilatie.
- Niet ervaren van een positieve relatie met belangrijke anderen kan schadelijk zijn voor de eigen gezondheid (Fredrickson, 2013).

Gevolgen voor de omgeving:

- Andere personen in de omgeving kunnen fysieke of mentale schade oplopen door agressie van de persoon, of door de dreiging die in de lucht kan hangen als de persoon opgewonden raakt.
- De cultuur in de leefomgeving wordt steeds beheersmatiger waardoor er minder ruimte komt voor individuele ontplooiing en personen vaak met een overdaad aan structuur en regels geconfronteerd worden.
- Materiële schade kan ontstaan als de persoon zijn emoties uit met destructief gedrag.

Gevolgen voor de begeleiders:

- Begeleiders kunnen fysieke of mentale schade oplopen bij escalaties van het gedrag. Dit kan uiteindelijk leiden tot stress en burn-out en als gevolg daarvan verzuim en een groot verloop (Hastings et al., 2002).
- Door stelselmatig op een beheersmatige wijze te moeten werken, wordt van de begeleiders feitelijk verwacht dat ze afstand nemen van hun oorspronkelijke motivatie om in de zorg te gaan werken. Dit kan leiden tot cynisme in de werkhouding, een burn-out of het vroegtijdig op zoek gaan naar ander werk. Het leidt vrijwel nergens tot een verhoging van het werkplezier. (Knotter et al., 2008).
- Regelmatig geconfronteerd worden met negatieve emoties bij anderen of bij zichzelf kan schadelijk zijn voor de eigen gezondheid (Fredrickson, 2013).

2. Beschrijving interventie

2.1 Doelgroep

Uiteindelijke doelgroep

Mensen met een verstandelijke beperking die in stressvolle situaties onvoldoende mogelijkheden voor zelfcontrole hebben en daardoor gedrag ontwikkeld hebben dat schadelijk is voor henzelf of anderen.

Intermediaire doelgroep

Intermediaire doelgroep zijn de begeleiders, gedragskundigen en operationeel leidinggevenden (NB Ook ouders en leerkrachten behoren tot de intermediaire doelgroep. In deze beschrijving wordt verder alleen de term begeleider gebruikt).

Selectie van doelgroepen

Indicaties voor het inzetten van *Gentle Teaching* zijn:

- Er is sprake van een verstandelijke beperking;
- De persoon uit spanningen met schadelijk gedrag. Daaronder wordt onder meer verstaan:
 - Zich terugtrekken/isoleren van anderen;
 - Zelfverwonding;
 - Verbaal of fysiek geweld naar anderen;
 - Destructief gedrag.
- De persoon is op het moment van spanning niet (meer) toegankelijk voor ondersteuning en begeleiding, en het gedrag kan alleen op beheersmatige wijze onder controle worden gebracht. Dit blijkt onder meer uit:
 - Vermijden of afwijzen van het contact door de begeleider;
 - Verzet tegen pogingen van de begeleider om de persoon af te leiden;
 - Niet reageren op de begeleider als deze op vriendelijke toon probeert de persoon te kalmeren.

Er worden geen screeningslijsten of andere middelen gebruikt om te beoordelen of iemand voor *Gentle Teaching* in aanmerking komt. *Gentle Teaching* is zowel toepasbaar bij mensen met een lichte of matige, als ernstige verstandelijke beperking.

Ook zijn er geen contra-indicaties. Er zijn wel indicaties waarbij verwacht kan worden dat het proces complexer is dan gemiddeld, zoals bij mensen met een ernstige psychiatrische stoornis of mensen die alcohol of drugs gebruiken. In die gevallen worden hogere eisen gesteld aan de condities waaronder gewerkt wordt (zoals kwaliteiten individuele medewerkers, beschikbare tijd, ondersteuning van het team door gedragskundigen en managers).

Ten aanzien van de selectie van de intermediaire doelgroep (begeleiders, gedragskundige en leidinggevende) is een belangrijk criterium dat er de bereidheid moet zijn om naar zichzelf en naar het eigen aandeel in de relatie met de persoon te kijken, en om op basis van een te maken persoonlijk ontwikkelingsplan hierin een ontwikkeling in gang te zetten. Tevens moet de bereidheid aanwezig zijn om niet het veranderen van het gedrag van de persoon centraal te stellen in de interventie, maar het ontwikkelen van de relatie om vanuit de relatie schadelijk gedrag te kunnen voorkomen. Indien aan deze condities niet is voldaan is het inzetten van de interventie gedoemd te mislukken en zal eerst de organisatie de verantwoordelijkheid moeten nemen om aan deze basale condities te kunnen voldoen.

2.2 Doel

Hoofddoel

Het hoofddoel van *Gentle Teaching* is het ontwikkelen van een onvoorwaardelijke vertrouwensrelatie tussen de persoon en de begeleider, waarin de persoon zich ook op momenten van frustratie en stress door de begeleider ondersteund kan voelen.

Deze relatie wordt binnen *Gentle Teaching companionship* genoemd en bestaat uit vier aspecten (tevens de subdoelen):

1. De persoon voelt zich veilig in het contact met de begeleider;
2. De persoon voelt zich onvoorwaardelijk geliefd door de begeleider;
3. De persoon voelt en uit zich liefdevol naar de begeleider;
4. De persoon voelt zich verbonden met de begeleider.

De mate waarin de persoon companionship ervaart wordt in beeld gebracht met de evaluatielijst 'Op weg naar companionship'.

Hoofddoel voor de begeleiders als intermediaire doelgroep is:

De begeleider is in staat een onvoorwaardelijke relatie met de persoon aan te gaan en hem op momenten van stress op een geweldloze manier (Wolfensberger, 2007) te begeleiden.

Deze houding in de begeleiding wordt in beeld gebracht met behulp van de evaluatielijst 'Op weg naar *Gentle Teaching*'.

Subdoelen

De subdoelen in de ontwikkeling van companionship zijn zich veilig, geliefd, liefdevol en verbonden voelen.

- 1.1. De persoon voelt zich veilig in het contact met de begeleider:
 - Gaat het contact met de begeleider niet uit de weg op momenten van spanning.
 - Zoekt veiligheid in de nabijheid van de begeleider.
 - Kan door de begeleider gerustgesteld worden als de omstandigheden aanleiding kunnen geven voor gevoelens van angst of onzekerheid.
- 1.2. De persoon voelt zich onvoorwaardelijk geliefd door de begeleider:
 - Ervaart dat de begeleider vanuit persoonlijke betrokkenheid en empathie zijn best wil doen om hem te helpen.
 - Ervaart de manier waarop hij begeleid wordt als ondersteunend en geruststellend.
 - Ervaart de steun van de begeleider ook als hij zijn emoties geuit heeft op een manier die schade voor hemzelf of anderen tot gevolg heeft gehad.
 - Ervaart dat hij niet aan verwachtingen hoeft te voldoen die hij niet waar kan maken.
- 1.3. De persoon voelt en uit zich liefdevol naar de begeleider:
 - Beantwoordt liefdevolle uitingen van de begeleider ook met vergelijkbare uitingen.
 - Toont ook spontaan genegenheid naar de begeleider.
 - Is bereid om iets voor de begeleider te doen (of doet dit spontaan).
- 1.4. De persoon voelt zich verbonden met de begeleider:
 - Vindt het prettig om bij de begeleider te zijn en samen activiteiten te doen.
 - Is ook bij oplopende spanning in contact met de begeleider en laat zich dan steunen en (bege)leiden (regieovername).

De subdoelen voor de begeleiders zijn:

- 2.1 De begeleider heeft een onvoorwaardelijke en authentieke liefdevolle houding in het contact met de persoon:
 - Herkent wanneer welke gevoelens en emoties door de persoon worden opgeroepen.
 - Is in staat emoties die relatievorming in de weg staan op een authentieke manier los te laten, of te transformeren in gevoelens die de relatievorming ondersteunen.
 - Gaat op een onvoorwaardelijke veilige en liefdevolle manier om met de persoon als deze stress en frustratie ervaart.
- 2.2 De begeleider communiceert met de persoon op een manier waarop deze op een ervaringsgerichte wijze de gevoelens van companionship leert:
 - Is volledig aanwezig in het moment en zonder oordelen, met een gewaarzijn van zowel wat de persoon nodig heeft als wat de begeleider zelf nodig heeft.
 - Maakt bewust gebruik van handen/ogen/stem om de persoon zich veilig, geliefd, liefdevol en verbonden te laten voelen.
 - Benut functionele interacties en gezamenlijke activiteiten als een middel om persoonlijk contact te maken.

2.3 Aanpak

Opzet van de interventie

De interventie zelf bestaat uit drie aspecten:

1. Beeldvorming over de persoon op basis van de uitgangspunten van *Gentle Teaching*.
2. Een individueel traject met de persoon waarin deze geleerd wordt zich onvoorwaardelijk veilig, geliefd, liefdevol en verbonden te voelen met de begeleider, en leert ook bij oplopende spanning verbonden te blijven en op de regie van de begeleider te vertrouwen.
3. De persoonlijke ontwikkeling van de begeleider die door reflectie en zo nodig gerichte oefeningen inzicht krijgt in de eigen emoties en gevoelens, en vaardigheden ontwikkelt om versturende emoties op een authentieke wijze te transformeren dan wel los te laten.

Voor een duurzaam effect van de interventie is het belangrijk om al tijdens de interventie twee ondersteunende processen in gang te zetten:

1. Ontwikkelen van een *Cultuur van Hoop* door het integreren van de uitgangspunten van *Gentle Teaching* in de dagelijkse werkhouding van de begeleiders.
2. Het ondersteunen/verbeteren van de kwaliteit van leven van de persoon en de persoon helpen eigen mogelijkheden te ontwikkelen om de gewenste kwaliteit van leven te kunnen realiseren.

Het algemene plan van aanpak voor de interventie ziet er als volgt uit:

1. Intake. Hierbij zijn twee aspecten aan de orde:
 - a. Globale beeldvorming over de persoon en de problematiek;
 - b. De bereidheid en mogelijkheden van het begeleidingsteam, gedragskundige en leidinggevende om naar hun eigen aandeel in de problematiek van de persoon te kijken en hierop een ontwikkeling in gang te zetten.
2. Training van het team
Als binnen het team nog geen kennis en ervaring is met *Gentle Teaching*, zal eerst een training plaats moeten vinden. De totale training duurt acht dagdelen. Daarbij worden dan de onderdelen 3 - 8 van dit plan van aanpak in de training meegenomen en uitgewerkt, met uitzondering van de uitvoering van de leerplannen zoals genoemd onder 4b.
De training bestaat uit zes modules:
 - De uitgangspunten van *Gentle Teaching* en de Psychologie van Wederzijdse Afhankelijkheid;
 - De cliënt, gezien vanuit het perspectief van de Psychologie van Wederzijdse Afhankelijkheid;
 - Methodische aspecten van *Gentle Teaching*;
 - Persoonlijke ontwikkeling van de begeleider;
 - Ontwikkeling van een Cultuur van Hoop;
 - Verbetering van Kwaliteit van Leven.
3. Integratieve beeldvorming waarbij gekeken wordt naar de volgende aspecten:
 - a. Beeldvorming over de persoon;
 - b. Beeldvorming over de oorzaken en gevolgen van het gedrag van de persoon;
 - c. Beeldvorming hoe de begeleiders zichzelf zien in relatie tot de persoon.
Deze beeldvorming wordt voorbereid met de persoonlijk begeleider en de gedragskundige, en indien wenselijk de familie van de persoon, en wordt later gepresenteerd en getoetst in het voltallige begeleidingsteam.
4. Uitwerken interventieplan. Dit plan bestaat uit twee onderdelen:
 - a. Het persoonlijk ontwikkelingsplan van de begeleider. Iedere begeleider die betrokken is bij de interventie maakt een eigen ontwikkelingsplan.
 - b. Het individuele leertraject voor de persoon. Dit traject wordt vormgegeven in kleine leerplannen met een vaste structuur. Bij aanvang van het traject kan een houtskoolschets gemaakt worden van het hele traject en de onderscheiden leerplannen. Per leerplan dat opgesteld wordt, wordt echter bekeken wat op dat moment de situatie is, en wat het beste plan is voor de eerstkomende perioden.

De tijdsduur voor het hele leertraject, is zeer verschillend. Dit kan van een paar maanden tot meerdere jaren zijn. De tijdsinvestering per persoon is sterk afhankelijk van de leermomenten die gebruikt kunnen worden. Als de leermomenten verbonden kunnen worden met de al voorkomende dagelijkse contactmomenten tussen begeleider en persoon, kost het nauwelijks extra tijd. Dat verandert uiteraard als specifieke leermomenten van 30 tot 45 minuten gecreëerd moeten worden.

Frequentie en duur van de leermomenten worden individueel per persoon bepaald. Voor de ene persoon is het beter om bijvoorbeeld vijf keer per dag een korte sessie van 3 of 4 minuten te hebben, en voor een ander kan het beter zijn om iedere dag één sessie van 30 minuten te hebben.

Dimensies in het leertraject van de persoon:

Bij *Gentle Teaching* spreken we niet over stappen of fasen in het proces, omdat dat de suggestie kan wekken dat het om een eendimensionaal proces gaat. We praten daarom over dimensies, die we zien als ontwikkelingsgebieden die elkaar omvatten. In iedere dimensie is een ontwikkeling in twee richtingen mogelijk: verdieping en verbreding.

Figuur 1. De dimensies in het leertraject



De vier dimensies zijn:

1. *Contact en veiligheid*

In deze dimensie gaat het erom dat de persoon ons toelaat in zijn fysieke en emotionele ruimte, zich daarbij veilig voelt en zich opent voor het contact.

Verdieping: langere en intensere contactmomenten en ook op meer spannende momenten.

Verbreding: met meer verschillende begeleiders.

2. *Wederkerigheid*

In deze dimensie wordt de persoon echt 'partij' in de relatie en kan hij ook meer zijn eigen identiteit in de relatie ontwikkelen. De wederkerigheid die ontlokt/gestimuleerd wordt is ook gebaseerd op de pijlers 'veilig en liefdevol'.

Verdieping: het begint met een glimlach als reactie op de begeleider, daarna uitreiken naar de begeleider, meer eigen initiatief en uiteindelijk zorgzaam voor de begeleider worden en samen bezig zijn.

Verbreding: met meer verschillende begeleiders.

3. *Verdieping companionship*

In deze dimensie richten we ons op het verdiepen van de relatie en het ontwikkelen van het vertrouwen in de persoon van de begeleider en niet alleen in de voorspelbaarheid van zijn handelen.

Verdieping: op steeds spannender momenten en meer complexe situaties.

Verbreding: met meer verschillende begeleiders.

4. *Sociale ontwikkeling*

In deze dimensie gaat het om het deel zijn van grotere verbanden (woongroep, activiteitengroep, werk, samenleving) en het verder ontwikkelen van de competenties in een sociale context.

Verdieping: intensere participatie en ontwikkeling van meer competenties.

Verbreding: in een steeds groter wordende omgeving.

In de concrete plannen worden de dimensies vaak niet benoemd, maar het is belangrijk dat de begeleider zich bewust is van de dimensie waarin hij actief is. Vaak wordt in meerdere dimensies tegelijk gewerkt; zeker bij personen die al een leefpatroon ontwikkeld hebben waarbij ze in een wijdere omgeving functioneren. De *Gentle Teaching* interventie als zodanig richt zich met name op de eerste drie dimensies.

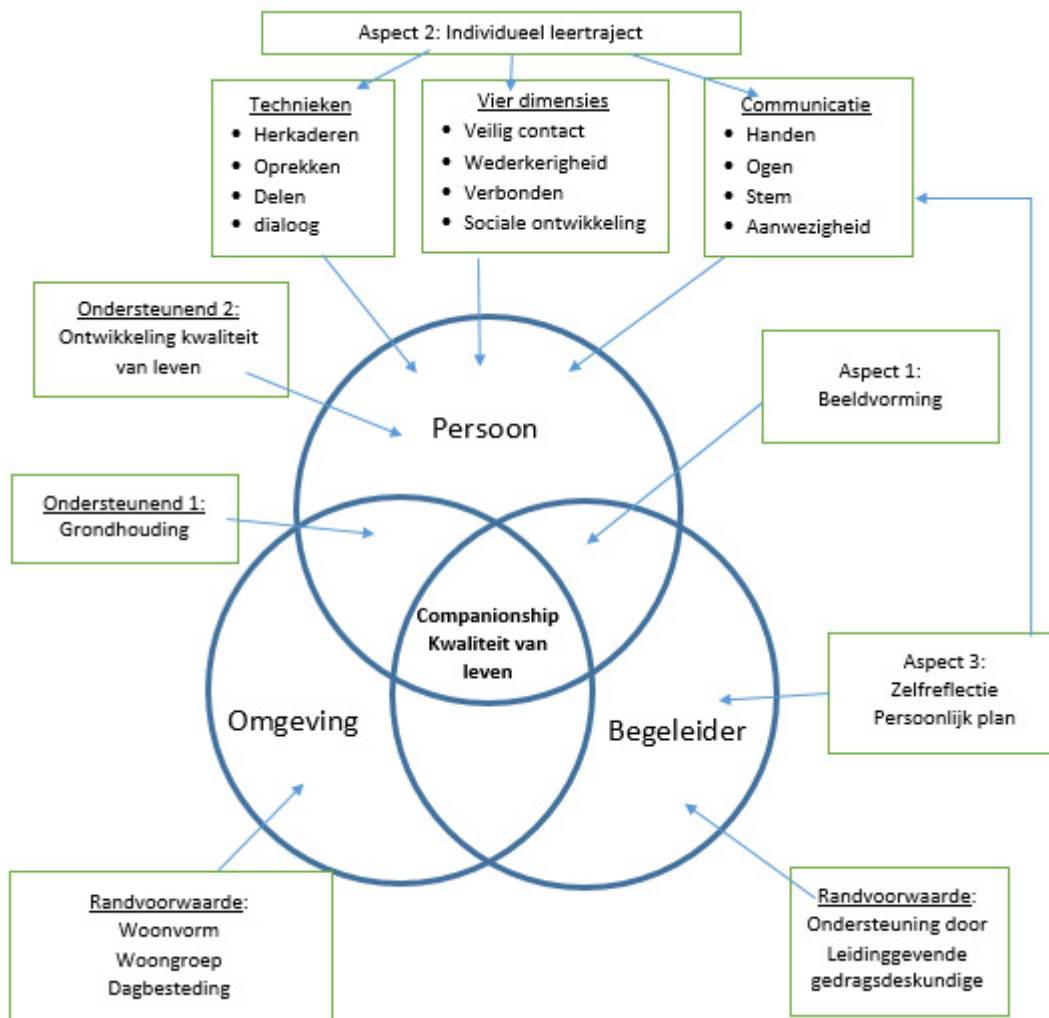
5. Een belangrijke keuze die gemaakt wordt is of een-op-een gestart wordt, of dat direct het hele team met de relatieontwikkeling start. Dit is afhankelijk van een aantal factoren:
 - Voelen alle teamleden zich voldoende vertrouwd en veilig om op een niet-beheersmatige manier met de persoon de relatie te ontwikkelen.
 - Kan de persoon met de verandering omgaan als alle teamleden tegelijk hun houding veranderen.
 - Heeft de persoon specifieke voorkeuren die het ontwikkelen van de relatie gemakkelijker maken met een specifieke begeleider.

Het is een veelgehoorde opvatting dat de persoon duidelijkheid ontleent aan het feit dat alle teamleden op eenzelfde manier op hem reageren. Volgens de opvatting van *Gentle Teaching* ligt de behoefte aan deze vorm van duidelijkheid vooral bij de begeleiders zelf; voor de persoon is het belangrijk dat hij bij ieder individueel teamlid authentieke duidelijkheid ervaart. Tempoverschillen binnen een team kunnen onderdeel zijn van het proces. Als begonnen wordt met een enkele begeleider die de relatie aangaat, is het een onderdeel van het hele leertraject dat ook de uitbreiding naar het hele team vorm krijgt.

6. Wat te doen als?
Met het team worden afspraken gemaakt over hoe te handelen als gedurende het interventietraject het schadelijk gedrag nog steeds voorkomt.
7. Om de duurzaamheid van het effect van de interventie te bevorderen, worden twee ondersteunende processen in gang gezet: Bevordering *Kwaliteit van Leven* en *Cultuur van Hoop*.
Gentle Teaching als interventie is gericht op de ontwikkeling van de relatie en het daarmee vergroten van de mogelijkheden voor de begeleider om op een niet-beheersmatige wijze de regie van de cliënt over te kunnen nemen als deze door frustratie en stress dreigt terug te vallen op schadelijk gedrag. Om het effect van de interventie duurzaam te maken is het belangrijk om ook de *Kwaliteit van Leven* van de persoon te verbeteren en om de cultuur in de leefomgeving te verbeteren. Deze cultuurontwikkeling gebeurt onder andere door de uitgangspunten van *Gentle Teaching* te integreren in de grondhouding van de begeleiding. Deze processen kunnen al gedurende de interventie in gang gezet worden.
8. Borging
Bij de afsluiting van de interventie wordt het algemene ondersteuningsplan van de persoon herzien en worden doelen in het plan opgenomen die gericht zijn op het bestendigen van de relatieontwikkeling en het verbeteren van de *Kwaliteit van Leven* van de persoon.

In een schema ziet een en ander er als volgt uit:

Figuur 2. Bestanddelen van de interventie



Locatie en uitvoerders

Gentle Teaching wordt bij voorkeur in de directe leefomgeving van de persoon uitgevoerd door de dagelijkse begeleiders, daarbij ondersteund door gedragskundigen en operationeel leidinggevenden. Als het aangaan van de relatie extra spanningen in de directe leefomgeving en in de dagelijkse contacten voor de persoon of voor de begeleider kan oproepen, kan gekozen worden voor specifieke leermomenten en een aparte ruimte.

Inhoud van de interventie

De uitwerking van *Gentle Teaching* als interventie kan uitgesplitst worden in de volgende aspecten:

1. Nieuwe beeldvorming over de persoon;
2. Het individuele leertraject met de persoon;
3. Persoonlijke ontwikkeling van de begeleider.

In aanvulling op de interventie zelf is het wenselijk de volgende ondersteunende processen in gang te zetten:

4. Ontwikkeling van de Kwaliteit van Leven;
5. Integreren van *Gentle Teaching* in de grondhouding die uitmondt in Cultuur van Hoop.

1. Nieuwe beeldvorming over de persoon
 Zeker bij mensen waar al langere tijd sprake is van probleemgedrag, wordt het beeld dat begeleiders hebben over de persoon sterk bepaald door het gedrag en door de gevolgen van het gedrag voor anderen. Deze beelden kunnen eventuele negatieve gevoelens ten opzichte van de persoon en de neiging beheersmatig te reageren versterken. Door de beeldvorming minder te richten op het gedrag en meer op gevoelens en ervaringen van de persoon, kijken we meer naar aspecten die bij de begeleider compassie en een andere houding kunnen oproepen.
 - Wat is de aard van de beperking en eventuele bijkomende (psychiatrische) problematiek;
 - Welke sleutelervaringen in het leven bepalen mede hoe de persoon nu reageert op wat hij meemaakt en op mensen om hem heen;
 - Hoe ziet het - disharmonisch - ontwikkelingsprofiel van de persoon eruit;
 - Welke angsten ervaart de persoon mogelijk;
 - Zijn er mogelijk traumatische herinneringen;
 - Welke talenten (kwaliteiten die het zelfbeeld kunnen versterken en/of de relatie kunnen bevorderen) heeft de persoon;
 - Welke problemen ervaart de persoon; op welke momenten kan hij de hulp/ondersteuning van de begeleiding op prijs stellen;
 - In welke mate ervaart de persoon kwaliteit van leven en welke opmerkelijke gedragingen zijn te verklaren vanuit een gebrek aan kwaliteit van leven.
2. Opstellen van een eerste leerplan - als onderdeel van het leertraject - voor de persoon (samen met persoonlijk begeleider en gedragskundige).

Het leerplan heeft een vast stramien:

A. Doel	criterium voor het doel is dat het aantoonbaar ligt in het perspectief van het ervaren van companionship.
B. Mogelijkheden en kwetsbaarheden van de persoon	Hier komt een korte beschrijving van de eigen mogelijkheden, maar ook van de kwetsbaarheden van de persoon in relatie tot het gestelde doel.
C. Gebruik leermiddelen	Het gaat hier vooral om het gebruik van de communicatiemiddelen: handen, ogen, stem en aanwezigheid. Rekening houdend met de ervaring die de persoon in het verleden heeft opgedaan met deze communicatiemiddelen, worden ze nu nadrukkelijk gebruikt om positieve ervaringen te laten opdoen.
D. Leermomenten	Er zijn drie soorten momenten die voor <i>Gentle Teaching</i> gebruikt kunnen worden: <ul style="list-style-type: none"> - Functionele contactmomenten die nu al plaatsvinden en waarin de persoon gewend is aan de aanwezigheid van de begeleider worden nadrukkelijk benut om de relatie te ontwikkelen. - Gedurende de dag wordt een aantal keer kort nadrukkelijk contact gemaakt met de persoon. - Er kunnen aparte leermomenten gecreëerd worden, waarin begeleider en persoon samen een activiteit doen waarbij de relatieontwikkeling centraal staat.
E. Gebruik <i>Gentle Teaching</i> technieken	Hoe worden de verschillende technieken (herkaderen, oprekken, dialoog, delen) ingezet. Doorgaans worden deze technieken gelijktijdig en in samenhang gebruikt, waarbij afhankelijk van het moment het accent kan verschuiven van de ene naar de andere techniek.
F. Wat te doen als	Hier wordt kort aangegeven wat er zou kunnen gebeuren waardoor het leermoment voor de persoon te moeilijk wordt, en wat de begeleider dan kan doen om de persoon weer te ontspannen zonder het contact te verbreken.
G. Voorkomen van verstoringen	Dit is vooral voor de begeleider om ervoor te zorgen dat de interactie niet onderbroken hoeft te worden door iets wat niet met de interactie zelf te maken heeft.
H. Leerpunten voor de begeleider	De begeleider geeft hier zelf aan wat hij moet leren in de interactie om deze succesvol te laten verlopen. (NB Dit betekent dat iedere begeleider die dit plan uitvoert hier een eigen leerpunt in kan aangeven)

Toelichting bij het leerplan:

C. Gebruik handen/ogen/stem/aanwezigheid

Om het leerproces voor de persoon te kunnen baseren op directe ervaring, is een indringende communicatie door de begeleider van groot belang. Daarom worden alle persoonlijke communicatiemogelijkheden als 'leermiddelen' ingezet. Er wordt daarbij rekening gehouden met negatieve ervaringen die de persoon in het verleden heeft gehad en met hoe anderen deze middelen in het contact met hem gebruikt hebben.

Bij de communicatie wordt zowel verbaal als non-verbaal gezocht naar een vorm die aansluit bij de zelfbeleving van de persoon, maar tevens op zijn cognitieve vermogen om de communicatie te begrijpen en zijn emotionele vermogens om de communicatie te kunnen verwerken.

Bij de 'aanwezigheid' zijn drie aspecten van belang:

- De fysieke aanwezigheid (nabijheid en lichaamshouding);
- Mentale aanwezigheid (in het moment zijn; zonder verwachtingen en oordelen);
- Emotionele aanwezigheid (onvoorwaardelijk liefdevol).

E. Inzet technieken

Herkaderen

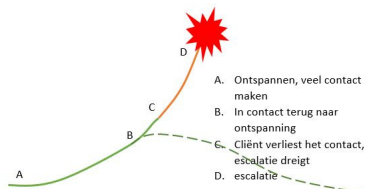
Met herkaderen wordt bedoeld dat bewust door middel van de communicatie geprobeerd wordt de verschillende beelden die in de relatie een versturende rol kunnen spelen worden omgezet in beelden die de relatie ondersteunen. Het gaat daarbij om de volgende type beelden:

- Het beeld dat de persoon heeft over de begeleiders en hun handen, ogen, stem en aanwezigheid;
- Het beeld dat de begeleider heeft over de persoon en diens gedrag;
- Het beeld dat de persoon over zichzelf heeft;
- Het beeld dat de begeleider over zichzelf heeft in relatie tot de persoon.

Oprekken

Met kleine stapjes wordt steeds een beetje meer van de persoon gevraagd:

Figuur 3: Oprekken



- Langer en intenser contact
- Wederkerigheid en iets voor me doen
- Even wachten tot je krijgt wat je wil
- Genoeg is genoeg, nee het kan niet
- Samen tot rust komen op een moment van spanning
- Omgaan met mijn afwezigheid

Bij de eerste vijf vormen van oprekken is het belangrijk dat de spanning niet zo hoog wordt dat de persoon 'uit contact gaat' (punt C in de afbeelding), maar dat samen weer de ontspanning gezocht wordt. Bij de vijfde vorm gaat het juist om het tijdelijk verbreken van het contact, maar de opbouw is dan in zulke stapjes dat het herstel van het contact gemakkelijk is.

Dialogo

Dialogo is de interactie - gebaseerd op zoals Freire het beschreven heeft (Freire 1980) - waarbij in een constante afstemming samen een thema wordt 'uitgewerkt' dat zowel voor de persoon als voor de begeleider van betekenis is. Vertrekpunt in de dialogo is de beleving (swereld) van de persoon. Belangrijk is dat de begeleider ook zichzelf als betrokken mens laat zien en ervaren aan de persoon en geen verborgen agenda heeft.

Centrale thema's in de dialoog zijn vaak het belang om zich veilig, geliefd, liefdevol en verbonden bij elkaar te voelen.

De dialoog kan zowel verbaal als non-verbaal zijn. Het kan ook een 'actiedialoog' zijn waarin de begeleider samen met de persoon bezig is met een activiteit.

Delen

Met delen wordt de persoon letterlijk geleerd zijn bestaan en zijn 'bezit' te delen met anderen.

Hij leert zich daarmee ook af te stemmen op de behoefte van anderen en ontdekt zijn eigen - liefdevolle - positie in de relatie. Delen begint met het ervaren dat jezelf niets tekort komt, en de begeleider moet die veiligheid bieden.

Er zijn verschillende vormen van delen die aan bod (kunnen) komen:

- Delen van de ruimte;
- Delen van persoonlijke bezittingen;
- Delen van aandacht;
- Delen van een activiteit (samen spelen/werken).

Ondersteunende technieken

Twee belangrijke ondersteunende technieken die - afhankelijk van de persoon - kunnen worden ingezet zijn het *signaleringsplan* en *foutloos leren*.

Het signaleringsplan wordt vooral ingezet ter ondersteuning van het oprekken, waarbij de nadruk wordt gelegd op het meer contact maken in de ontspannen toestand (punt a in de bovenstaande afbeelding) en hoe in het contact weer tot rust gekomen kan worden als punt c in beeld komt.

Bij het foutloos leren gaat het erom dat een activiteit altijd zo gemakkelijk wordt gemaakt, of dat de begeleider zoveel hulp biedt, dat het altijd goed gaat en de persoon zowel aan het doen van de activiteit als aan de aanwezigheid van de begeleider een positieve herinnering heeft.

3. Persoonlijke ontwikkeling van de begeleider

Individuele begeleiders leren op een authentieke wijze een onvoorwaardelijke 'liefdevolle' houding ten opzichte van de persoon te ontwikkelen en leren zo te communiceren met de persoon dat deze zich veilig en geliefd kan voelen. Dit proces verloopt via een aantal stappen:

- Met behulp van een persoonlijke evaluatielijst *Op weg naar Gentle Teaching* krijgt de begeleider inzicht wanneer hij in zijn houding verschuift van liefdevol en ondersteunend, naar beheersmatig.
- Vervolgens onderzoekt de begeleider welke gevoelens de verschuiving veroorzaken. De gevoelens kunnen direct door het gedrag van de persoon veroorzaakt worden, maar ook door externe omstandigheden of door intrinsieke factoren bij de begeleider zelf. Er zijn twee groepen gevoelens die specifiek onderzocht worden:
 - *Positieve gevoelens* (vreugde, zorgzaamheid of compassie) die de begeleider voldoening en energie geven en het ontwikkelen van de relatie bevorderen;
 - *Negatieve gevoelens* (boosheid, onmacht, angst) die de begeleider energie kosten en het werkplezier verminderen, en de relatieontwikkeling met de persoon belemmeren.
- Door onderzoek van de negatieve gevoelens leren de begeleiders, gebruik makend van de principes van de RET (Hermans 2011) en gerichte aanwezigheids- en verbeeldingsoefeningen (Siepkamp 2009), hands-on-oefeningen en zo nodig ook supervisie, deze gevoelens op een authentieke manier los te laten of te transformeren in 'positieve' emoties en gevoelens.

Om de kwaliteit van de contactmomenten te verbeteren krijgen begeleiders oefeningen om het volledig en zonder (voor)oordelen aanwezig zijn in het moment te verbeteren, en daarbij hun gewaarzijn in een juiste balans te verdelen tussen de persoon, zichzelf, en zo nodig de omgeving.

De begeleider maakt een Persoonlijk OntwikkelingsPlan voor zichzelf waarin specifieke ontwikkelpunten staan die gerelateerd zijn aan het uitvoeren van *Gentle Teaching* bij een persoon. Dit plan is een onderdeel van het leerplan dat voor een persoon met een beperking gemaakt wordt. Het werken aan deze ontwikkelingsplannen wordt verankerd door afspraken over wie de begeleider daarin gaat volgen en ondersteunen. Dit kan van buiten het team komen, maar het liefst door middel van buddyvorming binnen het team.

Aanvullend op de interventie zelf, kunnen de volgende processen worden gestart om daarmee de duurzaamheid van het effect te bevorderen:

4. Ontwikkeling van de Kwaliteit van Leven

De meeste frustratie die een persoon oploopt (en waar veelal de aanleiding ligt voor probleemgedrag) is een gevolg van gebrek aan kwaliteit van leven. Gebruikmakend van een model waarbij kwaliteit van leven gezien wordt als de realisatie van een achttal universele basiswaarden (Siepkamp, 2000 en 2005), wordt geanalyseerd op welke gebieden de kwaliteit van leven onvoldoende is en waar verbeteringen kunnen worden nagestreefd.

De basiswaarden die onderscheiden worden zijn:

- Zich veilig willen voelen;
- Zich geliefd en liefdevol willen voelen;
- Zich verbonden willen voelen;
- Zingeving willen ervaren in dagelijkse activiteiten;
- Innerlijke rust willen ervaren;
- Houvast in het leven willen ervaren;
- Het lichaam op een positieve manier willen ervaren;
- Een positief zelfbeeld willen ervaren.

Deze basiswaarden zijn ontwikkeld in brainstormsessies met begeleiders en ouders van mensen met een verstandelijke beperking, en vervolgens via internet en bij presentaties aan mensen in verschillende culturen/werelddelen voorgelegd.

Zo mogelijk met de persoon zelf, en met mensen die de persoon vanuit verschillende perspectieven kennen (begeleider wonen/dagbesteding/ouders/enz.) wordt een beschrijving gemaakt over:

- Hoe opmerkelijk gedrag verklaard kan worden uit de ervaring op de onderscheiden basiswaarden (oorzaakanalyse van 'probleemgedrag').
- Hoe de persoon de verschillende basiswaarden ervaart (persoonsbeeld).
- Welke verlangens de persoon bewust of onbewust aangeeft waarmee hij een positieve ervaring ten aanzien van de basiswaarden hoopt te realiseren.
- Welke mogelijkheden vanuit de omgeving - aanvullend op de verlangens van de persoon zelf - aangereikt kunnen worden om de ervaring op de basiswaarden te kunnen verbeteren.
- Welke mogelijkheden de persoon zelf heeft om de verbetering te realiseren en hoe deze mogelijkheden uitgebreid dan wel versterkt kunnen worden.
- Welke kwetsbaarheden er zijn die het realiseren van de verbetering bemoeilijken of onmogelijk maken.
- Welke acties ondernomen gaan worden om de beoogde verbetering van de kwaliteit van leven te bewerkstelligen.

Het model met de basiswaarden voor kwaliteit van leven wordt ook gebruikt bij het initiëren van nieuw gedrag en nieuwe vaardigheden van de persoon. Door aan te sluiten bij de eigen verlangens en de basiswaarden van kwaliteit van leven, is het aangeleerde gefundeerd op intrinsieke motivatie, en zal het daardoor zonder een overheersend systeem van belonen of straffen in stand gehouden worden. Wel kan in de beginperiode een beloning gehanteerd worden om een persoon te stimuleren het onbekende gebied te betreden. Hierbij wordt echter altijd zoveel steun geboden (foutloos leren) dat de beloning ook altijd gegeven kan worden en daarmee feitelijk onvoorwaardelijk is.

5. Integreren van *Gentle Teaching* in de grondhouding

Werken aan een veilige relatie is water naar de zee dragen als de persoon leeft in een omgeving die hij als niet als veilig en zorgzaam ervaart en die hem niet uitnodigt tot participatie en het ontwikkelen van zijn eigen kwaliteiten.

Deze omgeving wordt binnen *Gentle Teaching* de Cultuur van Hoop genoemd en wordt ontwikkeld door het integreren van de uitgangspunten van *Gentle Teaching* in de grondhouding van de begeleiders. Deze grondhouding heeft enerzijds te maken met de manier waarop de begeleider met de persoon omgaat in de dagelijkse omgang, en anderzijds met de manier waarop de begeleider positieve interacties en onderlinge zorgzaamheid binnen de groep stimuleert.

Aan de hand van een evaluatielijst voor de grondhouding (*Ontwikkeling van een Cultuur van Hoop*) reflecteert het team op de eigen manier van werken en hoe dit mogelijk door de personen die

Het samenwerkingsverband effectieve interventies bestaat uit NJi, CGL, NISB, NCJ, Movisie, Trimbos en Vilans. *Gentle Teaching* is erkend als theoretisch goed onderbouwd door de deelcommissie Gehandicaptenzorg d.d. 24/09/2015 onder begeleiding van Vilans.

begeleid worden ervaren wordt. Aan de hand van een plan van aanpak worden successievelijk de verschillende aspecten van de grondhouding die verbeterd kunnen worden aangepakt. Het ontwikkelen van de gewenste grondhouding, en de Cultuur van Hoop die daarmee tot stand wordt gebracht, is een langdurig proces dat continu aandacht verdient. Het plan van aanpak van het team moet daarom voorzien in een borging van de kwaliteit en de continuïteit.

2.4 Ontwikkelgeschiedenis

Betrokkenheid doelgroep

De eerste ontwikkelaars waren John McGee, Dan Hobbs en Frank Melonascino in de Verenigde Staten. McGee heeft de basis van *Gentle Teaching* ontwikkeld als antwoord op de vraag van begeleiders van mensen met een verstandelijke beperking en ernstig probleemgedrag, als ze niet meer beheersmatig en met gebruik van dwang en straf met de mensen om mogen gaan. Na zijn studie heeft McGee een aantal jaren met kinderen in sloppenwijken in Brazilië gewerkt. Hij heeft daar de kracht van onvoorwaardelijke relaties binnen de gemarginaliseerde gemeenschappen gezien en is geïnspireerd geraakt door het werk van Paulo Freire en de bevrijdingstheologie (Boff et al., 1987). Terug in de Verenigde Staten is McGee gaan werken als psycholoog/leidinggevende in een instelling voor mensen met een verstandelijke beperking en ernstig probleemgedrag. Hij werd daar geconfronteerd met een cultuur waarin zeer beheersmatig/gewelddadig werd omgegaan met de cliënten. Hij is toen zelf op de afdelingen mee gaan werken om in de praktijk een alternatief te ontwikkelen voor de begeleiding van de cliënten. Hij is daarbij vanuit de University of Nebraska Omaha begeleid door Frank Melonascino. *Gentle Teaching* is ontwikkeld in de Amerikaanse cultuur die toen al sterk onder invloed stond van het behaviorisme. Om in die cultuur een ingang te vinden was *Gentle Teaching* in eerste instantie strak methodisch beschreven. Later heeft McGee het verder onderbouwd met de Psychologie van Wederzijdse Afhankelijkheid en is de aandacht binnen *Gentle Teaching* verbreed van de interventie bij mensen met ernstig probleemgedrag naar een begeleidingsstijl die voor iedereen die zich gemarginaliseerd voelt een meerwaarde kan bieden. Met name in de Verenigde Staten en Canada worden met enige regelmaat seminars en symposia gehouden over *Gentle Teaching*, waarbij ook mensen met een beperking zelf verwoorden wat het voor hen betekent om op basis van *Gentle Teaching* begeleid te worden. Sinds begin jaren '90 heeft *Gentle Teaching* een verbreding gevonden naar Europa en Aziatische landen. Tijdens jaarlijkse internationale conferenties worden de praktijkervaringen met elkaar gedeeld en verwerkt in de verdere ontwikkeling van *Gentle Teaching*. Tijdens deze conferenties komen ook geregeld mensen met een beperking zelf aan het woord die aangeven hoe belangrijk de relatie voor hen is en hoe begeleiders deze met hen kunnen ontwikkelen en wat het voor hen betekent om begeleid te worden op basis van de principes van *Gentle Teaching*.

Buitenlandse interventie

Gentle Teaching is oorspronkelijk in de Verenigde Staten ontwikkeld, en wordt inmiddels in tenminste 25 landen verdeeld over alle continenten gebruikt. In landen waar gewerkt wordt met begeleiders met beperkte vooropleiding in de zorg, worden vooral het algemene karakter en de morele/ethische uitgangspunten van *Gentle Teaching* benadrukt in de overdracht naar begeleiders. In Nederland is meer nadruk gelegd op de methodische aspecten, en is de methodiek van *Gentle Teaching* verder uitgewerkt en beschreven. Tevens is in Nederland in 1993 het initiatief genomen om *Gentle Teaching* te verbreden van alleen de gerichtheid op de relatie, naar het ondersteunen van 'kwaliteit van leven' over de volle breedte, om daarmee niet alleen de interventie een duurzamer effect te kunnen geven, maar ook om de persoon te ondersteunen in zijn verdere ontwikkeling als de vertrouwensrelatie tot stand is gebracht.

Er is daarvoor een model ontwikkeld dat past binnen de essentie van *Gentle Teaching*; namelijk dat het bij kwaliteit van leven niet zozeer gaat om externe omstandigheden, maar vooral om de persoonlijke beleving die deze omstandigheden oproepen (Siepkamp, 2000 en 2005).

De basiswaarden voor levenskwaliteit die in dit model gebruikt worden zijn naar voren gekomen in brainstormsessies met begeleiders, cliënten en ouders waarin de vraag gesteld werd: wat doen

mensen also om Kwaliteit van Leven te ervaren en wat zijn de dieperliggende waarden die ze daarmee willen realiseren? (vergelijkbaar met het zoeken naar 'de vraag achter de vraag'). Na de brainstormsessies zijn de 'ruwe' basiswaarden via internet gepubliceerd en op basis van binnengekomen reacties uit alle delen van de wereld bijgeschaafd.

2.5 Vergelijkbare interventies

In Nederland uitgevoerd

Gentle Teaching is in Nederland begin jaren '90 ingevoerd. Sindsdien zijn er veel methodieken ontwikkeld die grote overeenkomsten hebben met *Gentle Teaching*. De bekendste daarvan zijn:

- Triple C, ontwikkeld door ASVZ;
- Integratieve Therapie voor Gehechtheid en Gedrag (ITGG), ontwikkeld door P. Sterkenburg.

Overeenkomsten en verschillen

De Triple C methode vertoont grote overeenkomsten met *Gentle Teaching* zoals dat in de beginjaren bekend geworden is. Er wordt daarin veel waarde gehecht aan het samen bezig zijn met een activiteit als manier om verbonden te zijn, om daarmee te voorkomen dat iemand zich in zijn eigen emoties kan verliezen en dit eventueel uit in ongewenst gedrag.

Tegenwoordig ligt bij *Gentle Teaching* het accent veel meer op het 'met elkaar in contact zijn', dan op het samen een activiteit doen. De activiteit wordt nu vooral gebruikt als een middel om in contact te kunnen komen.

Bij de ITGG ligt de uitvoering van de interventie bij een therapeut, die het bereikte later overdraagt aan de dagelijkse begeleiders. Bij *Gentle Teaching* wordt er bewust voor gekozen om *Gentle Teaching* door de dagelijkse begeleiders te laten doen. Dit is ook te merken in de keuze voor het taalgebruik bij de beschrijving en uitleg van *Gentle Teaching*.

Qua fasering en stappen in het proces van relatieontwikkeling zijn er geen fundamentele verschillen tussen de ITGG en *Gentle Teaching*. Een belangrijk verschil is wel dat bij de ITGG gebruik gemaakt wordt van gedragstherapie om het gedrag te veranderen, en we bij *Gentle Teaching* nadrukkelijk geen gebruik maken van voorwaardelijke beloning of straf.

Toegevoegde waarde

In veel methodieken en interventies wordt uitgegaan van het belang van een goede relatie tussen de persoon en de begeleiders. *Gentle Teaching* is een van de weinige methodieken die zich specifiek richt op het ontwikkelen van dergelijke relaties met mensen die in relationeel opzicht ernstig beschadigd kunnen zijn. Daardoor is *Gentle Teaching* zeer goed te gebruiken in combinatie met andere niet-beheersmatige methodieken.

Een andere toegevoegde waarde is dat in *Gentle Teaching* veel aandacht wordt besteed aan het feit dat de begeleider niet alleen vanuit verstandelijke overwegingen zich anders gaat opstellen ten opzichte van een persoon, maar dat de basis voor deze verandering moet liggen in een verandering van de gevoelens ten opzichte van de persoon. Dit is niet alleen noodzakelijk voor de echtheid in de relatie, maar vanuit het oogpunt voor het welzijn van de begeleiders zelf.

Op de website www.gentleteaching.nl is een overzicht van methodieken die zich goed laten combineren met *Gentle Teaching*.

3. Onderbouwing

3.1 Oorzaken

De factoren die het probleem veroorzaken kunnen worden gekoppeld aan de persoon zelf, de begeleider en de omgeving.

1. Persoon ervaart stress en frustratie, en is onvoldoende in staat eigen emoties te hanteren en de steun van begeleiding te accepteren om samen de moeilijke momenten te doorstaan. Er kan sprake zijn van één of meerdere van onderstaande factoren.
 - a. Heeft een geconditioneerde angst voor begeleiders, soms gekoppeld aan de momenten van stress;
 - b. Is onvoldoende bekend met een liefdevolle begeleiding (positieve regieovername) om hier op momenten van spanning op te vertrouwen;
 - c. Ervaart frustratie door, of angst voor onvoldoende kwaliteit van leven;
 - d. Heeft onvoldoende zelfcontrole bij oplopende spanning;
 - e. Is onvoldoende in staat zich te richten op het welzijn van anderen en daar rekening mee te houden;
 - f. Verliest het contact met de begeleider en verliest zich in de eigen emotie op momenten van stress;
 - g. Heeft een disharmonisch ontwikkelingsprofiel met een beperkte emotionele draagkracht;
 - h. Psychiatrische of somatische problemen kunnen spanningen veroorzaken;
 - i. Heeft last van angsten en/of traumatische herinneringen.
2. De begeleider is onvoldoende in staat onvoorwaardelijk te zijn voor de persoon en hem te leren zich veilig, geliefd, liefdevol en verbonden te voelen.
 - a. Heeft de neiging om terug te vallen op een beheersmatige reactie op gedrag van de persoon;
 - b. Heeft moeite met het constructief omgaan met de eigen emoties;
 - c. Heeft moeite in het hier en nu in contact te zijn met de persoon, onder andere door werkdruk, (voor)oordelen, verwachtingen en vasthouden van vervelende ervaringen;
 - d. Is in de interacties met de persoon te veel gedrags- of functioneel gericht en te weinig op de relatie;
 - e. Communiqueert doorgaans op een te laag energetisch niveau met de persoon, behalve op momenten dat hij de persoon gaat corrigeren of iets wil laten doen. Hierdoor kan het gebeuren dat de communicatie en aanwezigheid van de begeleider op rustige momenten nauwelijks binnenkomt bij de cliënt, en dus alleen maar op spannende momenten en dan op een beheersmatige manier.
3. De omgeving biedt te weinig veiligheid en inbedding voor de persoon en nodigt hem onvoldoende uit de eigen zorgzame kwaliteiten te laten zien.
 - a. Spanningen tussen groepsleden of tussen de persoon en groepsleden;
 - b. Materiële beperkingen, zoals veel prikkels, onvoldoende invulling in het dagprogramma;
 - c. Een overwegend beheersmatige cultuur met veel restricties, onpersoonlijkheid, regels, stigmatiserend taalgebruik, enz.;
 - d. Werkdruk voor de begeleiders waardoor ze onvoldoende rust kunnen ervaren in de contactmomenten met de personen.

3.2 Aan te pakken factoren

Factor	Subdoel	Opmerking
1.a Heeft een geconditioneerde angst voor begeleiders, soms gekoppeld aan de momenten van stress	Voelt zich veilig bij de begeleider (1.1)	
1.b Is onvoldoende bekend met een liefdevolle begeleiding (positieve regieovername) om hier op momenten van spanning op te vertrouwen	Voelt zich onvoorwaardelijk geliefd door de begeleider (1.2)	
1.c Ervaart frustratie door, of angst voor onvoldoende kwaliteit van		Wordt indirect benaderd door subdoel 1.1 en rechtstreeks door het ondersteunende proces voor bevordering Kwaliteit van Leven.
1.d Heeft onvoldoende zelfcontrole bij oplopende spanning	Kan omgaan met positieve regie-overname door de begeleider (1.4)	
1.e Is onvoldoende in staat zich te richten op het welzijn van anderen en daar rekening mee te houden	Voelt en uit zich liefdevol naar de begeleider (1.3)	In de ontwikkeling van de cultuur van hoop als ondersteund proces wordt ook het initiëren van positieve contact ervaringen met andere personen meegenomen.
1.f Verliest het contact met de begeleider en verliest zich in de eigen emotie op momenten van stress	Blijft open staan voor contact en laat zich begeleiden bij oplopende spanning (1.1 en 1.4)	Traumatische herinneringen zullen niet verdwijnen, maar het streven is dat de aanwezigheid van de begeleider voldoende veiligheid oproept dat de herinneringen in het contact geen verstorende rol spelen.
1.g Heeft een disharmonisch ontwikkelingsprofiel met een beperkte emotionele draagkracht		De disharmonische ontwikkeling zelf kan niet worden beïnvloed, maar door er meer rekening mee te houden kan beter afgestemd worden om de feitelijke mogelijkheden van de persoon. Dit maakt het voor de begeleider gemakkelijker om negatieve emoties los te laten (factor 2.b en subdoel 2.2)
1.h Psychiatrische of somatische problemen kunnen spanningen veroorzaken	--	Zie opmerkingen bij 1.g
2.a Heeft de neiging om terug te vallen op een beheersmatige reactie op gedrag van de persoon	Begeleiders blijven onvoorwaardelijk veilig en liefdevol voor de persoon (2.1)	
2.b Heeft moeite met het constructief omgaan met de eigen emoties	Begeleiders ontwikkelen een authentieke liefdevolle houding (2.1)	
2.c Heeft moeite in het hier en nu in contact te zijn met de persoon, onder andere door werkdruk, (voor)oordelen, verwachtingen en vasthouden van vervelende ervaringen	De begeleider leert meer in het moment te zijn en zonder oordelen en verwachtingen (2.2)	
2.d Is in de interacties met de persoon te veel gedrags- of functioneel gericht en te weinig op de relatie	De begeleider leert om tijdens functionele contacten ook persoonlijke verbinding met de persoon te maken (2.2)	

Factor	Subdoel	Opmerking
2.e Communiceert doorgaans op een te laag energetisch niveau met de persoon, behalve op momenten dat hij de persoon gaat corrigeren of iets wil laten doen.	De begeleider leert ook op ontspannen momenten en ook als een persoon het initiatief tot een interactie neemt, nadrukkelijker aanwezig te zijn en te communiceren (2.2)	
3.a Spanningen tussen groepsgenoten of tussen de persoon en groepsgenoten	--	Aan deze aspecten wordt gewerkt in de ondersteunende processen van ontwikkeling van de Cultuur van Hoop en Kwaliteit van Leven. In de interventie speelt het wel een rol bij subdoel 1.4 waar de persoon geleerd wordt ook bij spanningen die veroorzaakt worden door de omgeving steun te halen in het contact met de begeleider.
3.b Materiële beperkingen, zoals veel prikkels, onvoldoende invulling in het dagprogramma	--	
3.c Een overwegend beheersmatige cultuur met veel restricties, onpersoonlijkheid, regels, stigmatiserend taalgebruik, enz.	--	
3.d Werkdruk voor de begeleider waardoor ze onvoldoende rust kunnen ervaren in de contactmomenten met de personen.	Door beter in het moment te zijn, neemt de ervaren werkbelasting af en kan de begeleider meer contactgericht werken (2.2)	

3.3 Verantwoording

Factor	Subdoel	Methode	Aanpak
1.a Heeft een geconditioneerde angst voor begeleiders, soms gekoppeld aan de momenten van stress	Voelt zich veilig bij de begeleider (1.1)	Herkaderen Dialogoog Oprekken	De begeleider blijft onvoorwaardelijk, ongeacht het gedrag van de persoon en communiceert nadrukkelijk op een liefdevolle manier. Ook frequent contact maken zonder iets te willen van de persoon. Proberen steeds iets langer en indringender in contact te zijn.
1.b Is onvoldoende bekend met een liefdevolle begeleiding (positieve regieovername) om hier op momenten van spanning op te vertrouwen	Voelt zich onvoorwaardelijk geliefd door de begeleider (1.2)	Delen Oprekken Dialogoog	Nadrukkelijk en liefdevol hulp bieden bij handelingen waarbij de persoon de hulp op prijs stelt, ongeacht hoe hij zich op dat moment gedraagt. De functionele hulp frequent onderbreken door persoonlijk contact te maken. Geleidelijk aan tijdens het helpen wat van routines afwijken.
1.d Heeft onvoldoende zelfcontrole bij oplopende spanning	Kan omgaan met positieve regieovername door de begeleider (1.4)	Oprekken	In gezamenlijke activiteiten frequent actie afwisselen met samen tot rust komen, en dit op een steeds hoger energieniveau doen. Beginnen met eenvoudige en leuke activiteiten, later meer complexe en spannende activiteiten.
1.e Is onvoldoende in staat zich te richten op het welzijn van anderen en daar rekening mee te houden	Voelt en uit zich liefdevol naar de begeleider (1.3)	Delen Dialogoog Oprekken	Nadrukkelijk tekenen van liefdevolle wederkerigheid ontlokken. Vervolgens daarin steeds iets meer van de persoon vragen, zoals vragen je te helpen of iets voor je te doen.

Het samenwerkingsverband effectieve interventies bestaat uit NJi, CGL, NISB, NCJ, Movisie, Trimbos en Vilans. *Gentle Teaching* is erkend als theoretisch goed onderbouwd door de deelcommissie Gehandicaptenzorg d.d. 24/09/2015 onder begeleiding van Vilans.

Factor	Subdoel	Methode	Aanpak
1.f Verliest het contact met de begeleider en verliest zich in de eigen emotie op momenten van stress	Blijft open staan voor contact bij oplopende spanning (1.1 en 1.4)	Delen Dialogoog Oprekken	Specifieke leermomenten creëren waarin de wederkerigheid en de verbondenheid gestimuleerd worden. Intensief communiceren met handen/ogen/stem/aanwezigheid.
2.a Heeft de neiging om terug te vallen op een beheersmatige reactie op gedrag van de persoon	Begeleiders blijven onvoorwaardelijk veilig en liefdevol voor de persoon (2.1)	Leren herkennen van, en omgaan met eigen emoties	Begonnen wordt met de bewustwording dat beheersmatig werken niet is wat begeleiders eigenlijk willen, en bovendien meer energie kost. Onderzocht wordt welke emoties van de begeleider de verschuiving naar een beheersmatige manier van reageren veroorzaken.
2.b Heeft moeite met het constructief omgaan met de eigen emoties	Begeleiders ontwikkelen een authentieke liefdevolle houding (2.1)	Onderzoek emoties met RET en trainen in loslaten/transformeren van emoties	Niet alleen via de cognitieve benadering van de RET de emoties onderzoeken, maar ook op gevoelsniveau leren loslaten of transformeren door (verbeeldings)oefeningen, en door daarna nadrukkelijk in de praktijk te oefenen en te ervaren.
2.c Heeft moeite in het hier en nu in contact te zijn met de persoon, onder andere door werkdruk, (voor)oordelen, verwachtingen en vasthouden van vervelende ervaringen	De begeleider leert meer in het moment te zijn en zonder oordelen en verwachtingen (2.2)	Aanwezigheids-oefeningen	Tijdens de training worden enkele korte oefeningen gedaan in 'aandachtig aanwezig zijn' die de begeleider vervolgens zelf verder kan uitbouwen en in een POP verwerkt.
2.d Is in de interacties met de persoon te veel gedrags- of functioneel gericht en te weinig op de relatie	De begeleider leert om tijdens functionele contacten ook persoonlijke verbinding met de persoon te maken (2.2)	Bewustwording	Met behulp van videovoorbeelden en zelfreflectie wordt duidelijk hoe weinig persoonsgericht veel interacties verlopen. In het POP en door middel van teamfeedback wordt hier verbetering in gebracht.
2.e Communiceert doorgaans op een te laag energetisch niveau met de persoon, behalve op momenten dat hij de persoon gaat corrigeren of iets wil laten doen.	De begeleider leert ook op ontspannen momenten en ook als een persoon het initiatief tot een interactie neemt, nadrukkelijker aanwezig te zijn en te communiceren (2.2)	Bewustwording en oefening	Met behulp van videovoorbeelden en zelfreflectie wordt duidelijk hoe laagenergetisch begeleiders op rustige momenten vaak communiceren. Als begeleiders het moeilijk vinden nadrukkelijker te communiceren, wordt aangeraden hier bewust in te oefenen.
3.d Werkdruk voor de begeleider waardoor ze onvoldoende rust kunnen ervaren in de contactmomenten met de personen.	Door beter in het moment te zijn, neemt de ervaren werkbelasting af en kan de begeleider meer contactgericht werken (2.2)	Aanwezigheids-oefeningen	Zie 2c

Gentle Teaching is gebaseerd op de door de Amerikaan John McGee uitgewerkte Psychologie van Wederzijdse Afhankelijkheid (McGee et al., 1989 en 1991). Deze psychologie gaat ervan uit dat mensen sociale wezens zijn die zich alleen in wederkerige relaties met andere mensen op een natuurlijke wijze kunnen ontwikkelen.

Volgens deze zienswijze heeft ieder mens als sociaal wezen behoefte aan:

- Een hechte relatie met enkele belangrijke mensen in het dagelijks leven die gebaseerd is op de pijlers: veilig, geliefd, liefdevol en verbonden;
- Zich ingebed voelen in een veilige en zorgzame omgeving.

Indien deze behoeftes niet gerealiseerd worden, heeft de persoon geen intrinsieke motivatie om zorgzaam met anderen om te gaan en is bovendien de kans groot dat hij zich op momenten van spanning eerder onveilig voelt in de nabijheid van de begeleiding, dan veilig en geliefd. Hierdoor is hij op die momenten niet meer vanuit de relatie begeleidbaar.

Om mensen in deze ontwikkeling van liefdevolle/zorgzame wederkerigheid te ondersteunen kunnen we volgens McGee niet volstaan met het 'modifieren' van het gedrag, maar moeten we de persoon daadwerkelijk ontmoeten in wie hij ten diepste is en hoe hij als gevolg van de combinatie van zijn individuele aanleg en zijn levensgeschiedenis geworden is.

Dit gedachtegoed sluit aan bij het werk van Carl Rogers die de omstandigheden heeft beschreven die moeten leiden tot een versterking van het integratieve leerproces waardoor de persoon geleerd wordt zijn eigen leven te leven (Rogers, 1958). Belangrijke condities volgens Rogers zijn 1) echtheid in de relatie, 2) acceptatie en vertrouwen, en 3) begrip gebaseerd op empathie. Volgens Rogers heeft ieder mens behoefte aan onvoorwaardelijke positieve waardering.

Paulo Freire heeft uitgebreid onderzoek gedaan naar de gevolgen van langdurige onderdrukking op het zelfbeeld van mensen en hoe vanuit een onderdrukkend systeem naar een vrije samenleving gegroeid kan worden. Hij beschrijft dat mensen die langdurig onderdrukt zijn, zich zo met het systeem van onderdrukking gaan vereenzelvigen en het een 'normaal' deel van het leven vinden, dat ze niet alleen geneigd zijn zelf anderen te gaan onderdrukken, maar ook dat ze bang zijn voor vrijheid. Een geweldloze weg uit een dergelijk systeem is alleen mogelijk als de leiders zich op basis van gelijkwaardigheid en onvoorwaardelijke solidariteit verbinden met de onderdrukten en met hen een dialoog ontwikkelen. Het vertrekpunt daarbij is de belevingswereld van de ander en de richting waarin de dialoog zich beweegt is de vrije en gelijkwaardige samenleving. Hoewel uiteraard niet helemaal hetzelfde, is vanuit het perspectief van een persoon met een verstandelijke beperking die vanwege zijn gedrag gedurende lange tijd veelvuldig gecorrigeerd en gestraft is, zijn wereld goed vergelijkbaar met de wereld van de onderdrukten waar Freire mee te maken had. McGee is door zijn persoonlijke contacten met Freire sterk beïnvloed door deze inzichten en ze vormen de basis voor de relatie (Companionship) die McGee beschreven heeft, en voor één van de kerntechnieken in *Gentle Teaching*; de dialoog (McGee, 1991).

De inzichten van Freire hoe het langdurig leven in een onderdrukkende omgeving een impact heeft op de zelfbeleving van mensen, zijn door McGee vertaald in de noodzaak om in de begeleiding niet alleen onvoorwaardelijk te zijn, maar ook om de hulpverlening te zien als een dialoog die zijn beginpunt heeft bij waar de persoon is en wat voor hem belangrijk is. Ook Donkers zegt dat de hulpverlener geacht wordt zich te richten op alle signalen die een persoon uitzendt en op de gehele persoon in de context van ontwikkeling en levensgeschiedenis (Donkers, 1988). Deze zienswijze wordt onderstreept door Baart die ook de onvoorwaardelijkheid benadrukt en stelt dat het voor de hulpverlening belangrijk is om aan te sluiten bij de leefwereld en levensloop van de persoon (Baart, 2001). En evenals in de dialoog die Freire en McGee voorstellen, geeft ook Baart aan dat er geen specifiek eindpunt (doel) is, maar wel een richting. De route zelf is een proces van continue onderlinge afstemming en is waar de feitelijke ontmoeting met de persoon plaatsvindt. 'Het proces van de dialoog is belangrijker dan het eindresultaat'. (McGee, 2000, pagina 60)

Janssen legt een verbinding tussen gedragsproblematiek en gebrek aan gehechtheid. Gehechtheid is volgens Janssen belangrijk voor stress- of emotieregulatie zolang er sprake is van onvoldoende zelforganisatie. Hij verwijst naar onderzoek dat aantoont dat bij veel mensen met een verstandelijke beperking sprake is van onvoldoende of onvoltooide hechting, en daardoor ook een problematische

omgang met stress. Hij bepleit een zorgsysteem te ontwikkelen waar 'gehechtheid' daadwerkelijk wordt beleeden. (Janssen, 2007)

Hoewel gedrag - en dus ook probleemgedrag - zich door middel van conditioneringspatronen ontwikkeld heeft, is het feit dat het voorkomt en de persoon die niet kan tegenhouden, een gevolg van emotionele problemen. De vooral op het behaviorisme gestoelde benaderingen - met name de operante conditionering - die gebruikelijk waren voor de ontwikkeling van *Gentle Teaching* hebben weinig te bieden voor mensen waar de emotionele problemen de overhand hebben - en dat komt in deze doelgroep juist heel frequent voor. (Stenfert-Kroese, 1988)

Bij *Gentle Teaching* gaat het om het aanleren van gevoelens, en dat kan alleen maar op een ervaringsgerichte wijze. Hiermee maakt *Gentle Teaching* gebruik van de 'klassieke conditionering', waardoor een koppeling wordt gelegd tussen het ervaren van prettige gevoelens (veilig en geliefd voelen) en de aanwezigheid van de begeleider en de manier waarop deze handen, ogen en stem gebruikt in het contact.

Fredrickson heeft veel empirisch onderzoek gedaan naar het belang van positieve emoties en het uiten daarvan (Fredrickson, 2013). Ze heeft onder meer aangetoond dat als mensen in het contact met anderen een liefdevolle expressie bij de ander waarnemen, dat bij henzelf ook liefdevolle gevoelens en uitingen ontlokt. Ze heeft echter ook aangetoond dat mensen onder invloed van negatieve emoties zich terugtrekken, minder open zijn en ook minder nuances waarnemen. Voorts heeft Fredrickson aangetoond dat zowel negatieve als positieve emoties zichzelf versterkende emoties zijn. Om een zichzelf versterkende dynamiek van negatieve emoties te doorbreken, moeten we derhalve een zichzelf versterkende dynamiek van positieve emoties initiëren. Dat benadrukt het belang dat in *Gentle Teaching* gehecht wordt aan de nadrukkelijke contactgerichte manier van omgang tussen begeleider en personen, waarbij de - liefdevolle - wederkerigheid nadrukkelijk ontlokt wordt.

Ieder mens heeft als aangeboren kernkwaliteit het vermogen en verlangen om liefdevol naar anderen te zijn. Door levenservaringen kan deze kernkwaliteit weggedrukt worden (Siepkamp, 2009). Door in de relatieontwikkeling nadrukkelijk de liefdevolle wederkerigheid te ontlokken wordt deze kernkwaliteit aangeboord en naarmate de persoon meer vertrouwd raakt met deze kwaliteit, zal hij hem gemakkelijker gaan gebruiken naar meer mensen en hij zal een meer open houding ontwikkelen. Hij zal er ook mentaal sterker en fysiek gezonder door worden en beter in staat zijn om met tegenslagen om te gaan. (Fredrickson, 2013)

3.4 Werkzame elementen

- Door de vier aspecten van companionship als afzonderlijke subdoelen in de interventie centraal te stellen, krijgt de relatie meer diepgang en wederkerigheid. (2)
- Door bewust de techniek 'oprekken' te gebruiken leert de persoon ook bij teleurstellingen en bij oplopende spanning in contact met de begeleider te blijven en de regie van de begeleider als positief te ervaren. (2)
- Doordat de begeleider leert nadrukkelijk - en met gebruik van zowel handen, ogen, stem en aanwezigheid - te communiceren op een uitnodigende, veilige en liefdevolle manier, wordt hij voor de persoon als individu zichtbaar en kan hij de persoon leren de relatie met hem aan te gaan. (3)
- Door nadrukkelijk liefdevolle wederkerigheid bij de persoon te ontlokken, wordt de persoon in zijn kracht gezet en wordt de basis gelegd voor een positieve interactiedynamiek tussen de persoon en zijn omgeving. (3, 5)
- Door gebruikmaking van specifieke technieken, zoals delen en oprekken, is het beter mogelijk het contact vast te houden met de persoon als de spanning oploopt, waardoor hij nog begeleidbaar blijft. (2)
- Door de specifieke beeldvorming over de persoon, vanuit het perspectief van *Gentle Teaching*, is het voor de begeleider gemakkelijker om onvoorwaardelijke liefdevolle gevoelens voor de persoon toe te laten en deze in de ontwikkeling van de relatie in te zetten. (2)

- In de training van de begeleiders wordt het belang onderstreept dat ze voor zichzelf een ontwikkeling inzetten waardoor ze leren op een authentieke manier een onvoorwaardelijke liefdevolle en veilige houding ten opzichte van de persoon te ontwikkelen. Deze echtheid maakt de begeleider in het contact met de persoon betrouwbaar, omdat hij geen dubbele signalen uitzendt. (3, 5)

Betekenis scores:

2 = beschrijving interventie

3 = onderbouwing

5 = praktijkervaringen

4. Uitvoering

4.1 Materialen

Op de website www.gentleteaching.nl staan veel teksten waarin onderdelen van *Gentle Teaching* worden uitgewerkt en toegelicht. Op de site zijn ook vele verschillende formulieren gratis te downloaden die gebruikt kunnen worden, zoals:

- Evaluatieformulier *Op weg naar companionship*;
- Evaluatieformulier *Op weg naar Gentle Teaching*;
- Evaluatieformulier *Ontwikkeling van een Cultuur van Hoop*;
- Een formulier voor het leerplan;
- Een volledige formulierenset die gebruikt kan worden voor de opbouw van een ondersteuningsplan.

Voor de training van begeleiders is een werkboek beschikbaar.

4.2 Type organisatie

Gentle Teaching is uitvoerbaar in instellingen voor mensen met een verstandelijke beperking, in kleine woonvormen en activiteitscentra, in het speciaal onderwijs, en in de thuissituatie bij de ouders.

4.3 Opleiding en competenties

Een algemene competentie die belangrijk is, is de openheid en het vermogen om naar zichzelf te kijken en de eigen gevoelens en werkhouding te willen ontwikkelen. Daarnaast is een opleiding voor de hulpverlening of onderwijs op minimaal mbo-niveau en enkele jaren werkervaring noodzakelijk (NB Voor ouders wordt niet naar vooropleiding gekeken).

Om met *Gentle Teaching* te kunnen werken is minimaal een basistraining *Gentle Teaching* noodzakelijk. Als *Gentle Teaching* wordt toegepast bij mensen die ernstig ontremd kunnen zijn bij opgelopen frustratie, is een verdiepingscursus wenselijk en eventueel training-on-the-job en supervisie.

4.4 Kwaliteitsbewaking

In internationaal verband worden richtlijnen ontwikkeld voor de rol van 'mentor *Gentle Teaching*'. De mentor is degene die het opzetten van de interventie begeleidt. Als een instelling zelf nog geen mentor *Gentle Teaching* in de geledingen heeft, kan deze vanuit de STICHTING GENTLE TEACHING geleverd worden.

Als *Gentle Teaching* als een specifieke persoonsgerichte interventie wordt ingezet, ligt de verantwoordelijkheid voor bewaking van de kwaliteit van de uitvoering bij de instelling zelf en met name bij de gedragskundige en de operationeel leidinggevende. Binnen het team kan een medewerker worden aangewezen om de collega's op de werkplek te coachen. Het is wenselijk dat deze medewerker hiervoor de verdiepingscursus *Gentle Teaching* heeft gevolgd, of door een externe *Gentle Teaching* consultant enige tijd begeleid wordt. Deze coach kan vanuit de STICHTING GENTLE TEACHING beschikking krijgen over videomateriaal dat als instructie gebruikt kan worden, en kan voor ondersteuning/advisering altijd een beroep doen op de STICHTING GENTLE TEACHING.

De persoonlijk begeleider van de persoon is er verantwoordelijk voor (in samenspraak met de gedragskundige) dat nieuwe leerplannen worden opgesteld als het doel van een leerplan bereikt is. De (interne) teamcoach is verantwoordelijk voor het werken aan de Cultuur van Hoop en het coachen van de begeleiders in hun persoonlijke ontwikkeling.

Er wordt een periodiek overleg gepland (frequentie is afhankelijk van de intensiteit van de problematiek) tussen persoonlijk begeleider, teamcoach, gedragskundige en leidinggevende om de voortgang te bespreken.

4.5 Randvoorwaarden

Het is belangrijk dat een team dat met *Gentle Teaching* werkt, zich gesteund voelt door de eigen leidinggevende en dat deze zo nodig binnen de organisatie de ruimte creëert om op persoonsniveau de prioriteit aan de relatieontwikkeling te kunnen geven.

Belangrijke punten zijn:

- De interventie wordt begeleid door een gekwalificeerde Mentor *Gentle Teaching*;
- De gedragskundige kan zich vinden in de uitgangspunten van *Gentle Teaching*;
- Als het wenselijk is om specifieke momenten in te plannen als leermoment voor de persoon, wordt hier voldoende tijd voor vrijgemaakt;
- Alle betrokken teamleden moeten de gelegenheid hebben getraind te worden in het werken met *Gentle Teaching* (dit kan deels door training-on-the-job);
- Als er teamleden zijn die vast blijven zitten in onvermogen of weerstand om met *Gentle Teaching* te werken, moet de leidinggevende hier verantwoordelijkheid in nemen;
- Afhankelijk van de casus moet de interventie zowel in wonen als in dagbesteding worden ingezet.

Deze randvoorwaarden zijn ook op de website www.gentleteaching.nl vermeld.

4.6 Implementatie

Bij de individuele inzet van *Gentle Teaching* wordt uitgegaan van het volgende schema:

- Algemene uitleg over theorie en werkwijze *Gentle Teaching* (aan het hele team);
- Basistraining voor het team;
- Integratieve probleemanalyse;
- Presentatie aan het hele team;
- Perspectieven, doelen en acties formuleren;
 - voor de persoon zelf
 - voor de eigen ontwikkeling van de individuele begeleiders
- Uitvoering;
 - Leermomenten met de persoon plannen en uitvoeren
 - Training (on-the-job) van het team
 - Individuele coaching van begeleiders
- Indien gewenst: processen in gang zetten voor ontwikkeling Cultuur van Hoop en bevordering Kwaliteit van Leven;
- Evaluatie en bijstelling.

Totaal tien tot twaalf dagdelen (hierbij is eventuele coaching van individuele medewerkers bij stap 5 niet inbegrepen).

Dit schema is ook op de website www.gentleteaching.nl vermeld.

4.7 Kosten

De kosten beperken zich voor de meeste personen die begeleid worden met *Gentle Teaching* tot de trainingskosten voor het team.

- De kosten voor een teamtraining van acht dagdelen bedragen € 2.975 (2014).
- Verdiepings-/coachtraining kost € 425 pp (4 dagen).
- Voor begeleiding van een individueel traject zijn de kosten € 350 per dagdeel.

De verdere uitvoeringskosten zijn afhankelijk van de gekozen opzet van de teamtraining en de eventuele noodzaak om extra begeleidingsuren in te zetten voor specifieke leersessies met de persoon.

5. Onderzoek naar praktijkervaringen

5.1 Onderzoek praktijkervaringen

A. Practicing unconditional love, the experience of applying Gentle Teaching principles with individuals diagnosed with developmental disorders, Start, 2008.

- A. Een kwalitatieve studie waarin gebruik is gemaakt van de heuristische methode naar de ervaringen bij het toepassen van *Gentle Teaching* bij mensen met een verstandelijke beperking. De studie bevat tevens een overzicht van relevante literatuur.

De ervaringen met *Gentle Teaching* van twaalf mannen en vrouwen zijn door middel van face-to-face-diepte-interviews beschreven. De interviews zijn getranscribeerd en geanalyseerd naar zes thema's: (1) gerichtheid op anderen, (2) ervaren van een verbinding met de persoon met een beperking, (3) in het moment blijven, (4) aandachtig zijn, (5) angstgevoelens, (6) ervaren van lichamelijke reacties.

- B. De conclusie van het onderzoek is dat alle geïnterviewden het belang onderstrepen van *Gentle Teaching*. Het was voor hen een belangrijke ondersteuning om een echte verbinding aan te gaan met de mensen die ze begeleiden en om hen te leren zich veilig en geliefd te voelen. De studie geeft een aantal inzichten die in de dagelijkse praktijk gebruikt kunnen worden in de toepassing van *Gentle Teaching*, en inzichten in wat belangrijk is bij de trainingen voor begeleiders.

6. Onderzoek naar de effectiviteit

6.1 Onderzoek in Nederland

Niet van toepassing voor deze aanvraag.

6.2 Onderzoek naar vergelijkbare interventies

Niet van toepassing voor deze aanvraag.

7. Aangehaalde literatuur

Baart, A. (2001), *Een theorie van de presentie*, Utrecht, Lemma.

Boff, Leonarde & Boff, C. (1987), *Introducing Liberation Theology*, Thunbridge Wells, Burns & Oats press ltd.

Dekker, M.C., Koot, H.M., Ende, J. van der & Verhulst, F.C. (2002). *Prevalence of psychopathology in children and adolescents with and without intellectual disability*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 43, 1087-1098.

Donkers, G. (1988), *Emancipatie en hulpverlening*. Uitgeverij Nelissen, Baarn.

Došen, A. (2005), *Psychische stoornissen, gedragsproblemen en verstandelijke handicap*, Assen, Van Gorcum.

Fredrickson B.L. (2013), *Liefde 2.0, de kracht van positieve verbondenheid*, Tielt, uitgeverij Lannoo.

Freire, P. (1980), *Pedagogiek van de onderdrukten*, Baarn, Anthos boeken.

Hastings, R.P. & Brown, T. (2002), *Coping Strategies and the Impact of challenging Behaviors on Special Educators' Burnout*. *Mental Retardation*. 40,(2), 148-156.

Hermans, H. (2011), *Handboek RET, rationeel-emotieve therapie*, Amsterdam, Uitgeverij Boom.

Janssen, C.G.C. & Schuengel, C. (2010), *Interventies voor mensen met een verstandelijke beperking en ernstige gedrags- en/of emotionele problemen*, TOKK 35-2010.

Janssen, C.G.C. (2007), *Beperkt en chronisch in paniek?*, lezing tijdens het symposium 'Gehechtheid met beperkingen' op 19 en 20 april 2007.

Janssen, C.G.C., Schuengel, C., & Stolk, J. (2002), *Understanding challenging behaviour in people with severe and profound intellectual disability: A stress-attachment model*. *Journal of Intellectual Disability Research*, 46, 445-535.

Knotter, M.H., Stams, G.J.J.M., Jansen, G.J. & Moonen, X.M.H. (2008), *Attitude en interventiegedrag bij begeleiders van mensen met een verstandelijke beperking en agressief gedrag*. *Nederlands Tijdschrift voor de Zorg aan mensen met verstandelijke beperkingen*, 2, 94-114.

McGee, J., Hobbs D., Melonascino, F. (1987), *Gentle Teaching, a non-aversive approach to helping persons with mental retardation*. New York, Plenum publishers.

McGee, J., Menolascino, F. (1991), *Beyond Gentle Teaching, a non-aversive approach to helping Those in need*, New York, Plenum publishers.

McGee, J. (2000), *Mending Broken Hearts*, internetpublicatie:
www.gentleteaching.nl/gentle/images/downloads/Mending%20Broken%20Hearts.pdf.

Rogers, C. (1958), *Significant Learning in Therapy and in Education*, Plainfield, Vermont: Goddard College.

Rossem, L., Schipper S., Roos Sturop, M. van (2007), *Beklijft Gentle Teaching*, Markant katern 2008/2.

Siepkamp, P. van de (2000), *Quality of Life*, Link Up nummers 2000-1,2 en 3, Royal College of Nursing disability forum, Stockport (GB).

Siepkamp, P. van de (2005), *Gentle Teaching, een weg van hoop voor mensen met bijzondere kwetsbaarheden*. Soest, Nelissen.

Siepkamp P. van de (2009), *Zorg met Compassie, boeddhisme als inspiratie voor zorg en welzijn*, Haarlem, Altamira-Becht.

Start, T. (2008), *Practicing unconditional love, the experience of applying Gentle Teaching principles with individuals diagnosed with developmental disorders*.
<http://www.gentleteaching.nl/gentle/index.php/nl/speciaal/downloads>

Stenfert-Kroese, B. (1998), *Cognitive behavioral therapy for people with learning disabilities*. Behavioral and Cognitive Psychotherapy 26 315-322.

Sterkenburg, P.S., Janssen, C.G.C. & Schuengel, C. (2008), Developing a therapeutic relation with a blind cliënt with severe intellectual disability and persisting challenging behaviour Disability and rehabilitation 30(17) 1318-1327.

Sterkenburg, P.S. & Schuengel, C. (2008), *De gehechtheidsrelatie als buffer tegen stress*. In J Zevalking & P. Sterkenburg Voor verandering, een psychodynamische kijk op de ontwikkeling pp 87-99, Assen, Van Gorcum.

Wolfensberger, W. (2007), *Similarities and Differences between Peace-Making and NonViolence and their relevance to Services to people who are mentally Retarded*, Intellectual and Developmental disabilities, vol 45, # 4 278-286, august 2007.