



Productaanbod

Productaanbod R95, vanuit het persoonsgebonden budget (PGB)

Algemeen:

Een andere manier van denken en reageren:

De andere manier van denken en reageren van mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis wordt als een handicap gezien in onze samenleving. De oorzaak daarvan is gelegen in het feit dat onze samenleving net die vaardigheden waardeert die bij mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis minder ontwikkeld zijn. Zij hebben daardoor te maken met een complexe problematiek. Maar ondanks deze problematiek willen zij, net als anderen, deelnemen aan het maatschappelijk leven.

Expertise:

Voor mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis geldt dat zij vaak veel beperkingen ervaren in hun dagelijks functioneren. R95 beschikt over jarenlange ervaring in het begeleiden en coachen van mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis. R95 heeft uit ervaring geleerd dat de beperkingen die ervaren worden, door een specifieke methodische aanpak kunnen worden verminderd. Het gaat hier met name om beperkingen in de basisvoorwaarden, zoals: het dag-en-nachtritme; het structuur aanbrengen in de dag en het leven en de vereisten op het vlak van sociale relaties. Omdat mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis een andere benadering, een andere aanpak en intensievere begeleiding nodig hebben, heeft R95 voor deze doelgroepen succesvolle producten ontwikkeld. De beperkingen die mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis ondervinden, kunnen vaak op een acceptabel niveau gebracht worden door ze op een intensieve en herhalende manier te trainen en oefeningen aan te bieden, gericht op het aanleren van vaardigheden.

Producten:

- **Leren omgaan met de handicap c.q. beperkingen:**

Voor veel mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis is het moeilijk om hun handicap te onderkennen en er mee om te gaan. Of men lijdt aan zelfonderschatting of aan zelfoverschatting, of men weet niet hoe met de handicap om te gaan. Door middel van minimaal wekelijks een individueel coachingsgesprek met de cliënt en gerichte opdrachten, leert de cliënt in stappen het anders-zijn en het niet meer raar vinden van dit anders-zijn te accepteren, de handicap te benoemen en daardoor gemakkelijker met zichzelf en de beperkingen om te gaan. Er wordt toegewerkt naar het autismespectrum of het spectrum van Aandachtstekortstoornissen, de verschillende verschijningsvormen en kenmerken van de cliënt zelf en waaruit het speciaal (dus anders) zijn bestaat en hoe daarmee omgegaan wordt door de cliënt. Door herkenning leert de cliënt het anders-zijn, dus de beperkingen, te onderkennen en er op een andere manier mee om te gaan. Er wordt bij de cliënt een proces op gang gebracht, waarbij deze leert positiever over zichzelf en over zijn/haar mogelijkheden te denken.

- **Het op orde brengen van het dag-en-nachtritme:**

Mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis vinden het meestal moeilijk om 's morgens op tijd op te staan, omdat zij laat naar bed gaan, of omdat zij moeite hebben met het inslapen.



Productaanbod

Productaanbod R95, vanuit het persoonsgebonden budget (PGB)

Sommigen gaan zo op in hun bezigheden, bv. achter hun computer zitten, dat zij de tijd vergeten en daardoor vergeten dat zij naar bed moeten. Door voornoemde redenen slapen zij gedurende de dag en verschuift hun dag-en-nachtritme. Als een cliënt niet in staat is zelf zijn/haar dag-en-nachtritme op orde te brengen, dan biedt R95 daarbij ondersteuning. Dit gebeurt door het 's morgens telefonisch wekken van de cliënt. Om te voorkomen dat de cliënt daarna weer opnieuw gaat slapen moet deze na een uur zelf telefonisch contact opnemen met R95. Indien de cliënt zichzelf niet meldt, dan wordt er vanuit R95 opnieuw gebeld. Als de cliënt op deze manier nog niet in staat is op tijd op te staan, dan wordt er een coach op gezet die de cliënt daadwerkelijk uit bed haalt.

- **Het bieden van dagstructuur:**

Mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis kunnen zichzelf vaak geen dagstructuur bieden. Juist voor hen is het echter belangrijk dat zij een zinvolle daginvulling hebben. Dit biedt hun structuur en duidelijkheid. Een coach vanuit R95 biedt de cliënt ondersteuning bij het op orde brengen en houden van de dagstructuur door, samen met de cliënt, wekelijks een dag- en weekschema op te zetten. De coach controleert, eventueel dagelijks maar in ieder geval wekelijks, of de cliënt zich daadwerkelijk aan dit schema houdt.

- **Dagbesteding:**

Zinvolle dagbesteding is voor mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis vaak onontbeerlijk. Juist voor hen is het belangrijk dat zij een zinvolle dagbesteding hebben. Dit biedt hun structuur en duidelijkheid. Er wordt dagbesteding gezocht, die bij de cliënt past en waar deze zich in een veilige omgeving (verder) kan ontwikkelen. Bij dagbesteding kan gedacht worden aan een Zorgboerderij, een Werk-leerproject, Vrijwilligerswerk, enzovoort. De consulent zoekt passende dagbesteding en ondersteunt, begeleidt en coacht de cliënt. Op de plaats waar de cliënt dagbesteding krijgt, wordt een vaste begeleider gezocht, die, als de consulent niet aanwezig is, een vast aanspreekpunt is voor de cliënt. Deze begeleider is eveneens het aanspreekpunt van de consulent. Er wordt op de dagbesteding gewerkt aan haalbare en duidelijke doelen.

- **Sociale activering:**

Het ondernemen van activiteiten is voor mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis vaak moeilijk. Voor mensen met een Autisme Spectrum Stoornis geldt dat het moeilijk is om daadwerkelijk stappen te zetten om dingen te ondernemen. Zij worden vaak gehinderd door angsten of weten niet wat er van hen wordt verwacht waardoor ze geblokkeerd raken. Voor mensen met een Aandachtstekortstoornis geldt dat zij vaak wel in staat zijn zelf activiteiten te zoeken en te ondernemen, maar er moeite mee hebben deze, door hun impulsiviteit, ook vast te houden. Om de cliënt te ondersteunen bij het vinden en vasthouden van hun activiteiten krijgt de cliënt minimaal één keer per week, of indien noodzakelijk vaker, een gesprek met een vaste coach. Daarbij wordt veel rekening gehouden met de situatie waarin de cliënt verkeert. Het accent komt te liggen op het doorbreken van het sociale isolement, het ondersteunen en begeleiden bij het ondernemen van activiteiten en het opbouwen van het zelfvertrouwen. De sociale activering kan veelomvattend zijn, bijvoorbeeld (opnieuw) leren zelfstandig boodschappen te doen; (opnieuw) leren stappen naar buiten te zetten door middel van een lidmaatschap van een vereniging of een sportclub; omgang met familie/vrienden/vriendinnen; enzovoort.



Productaanbod

Productaanbod R95, vanuit het persoonsgebonden budget (PGB)

De coach onderneemt, indien noodzakelijk, samen met de cliënt deze activiteiten om ondersteuning en begeleiding te bieden.

- **Ondersteuning bij praktische zaken:**

Veel mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis ondervinden problemen met praktische zaken zoals: boodschappen doen, contacten met instanties, het invullen van formulieren, het op orde brengen en houden van de administratie, enzovoort. Omdat het voor hen vaak moeilijk is deze zaken zelf te regelen, biedt een vaste coach ondersteuning bij het op orde brengen en houden van voornoemde zaken. De coach onderneemt eveneens, samen met de cliënt, stappen naar instanties om ondersteuning en begeleiding te bieden, zodat drempels verlaagd worden.

- **Zelfstandig reizen in het openbaar vervoer:**

Sommige mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis ondervinden problemen in het reizen met het openbaar vervoer. Wanneer zij in een voor hen drukke en onoverzichtelijke situatie terecht komen, kan dit zeer veel spanning, angsten en eventueel paniek oproepen. Om de cliënt te leren met het openbaar vervoer te reizen om daarmee de zelfstandigheid te vergroten, oefent een vaste coach, samen met de cliënt stapsgewijs de vaardigheden die nodig zijn om zelfstandig te kunnen reizen. Wanneer de cliënt uiteindelijk voldoende ervaring heeft opgedaan en hij/zij voldoende zelfvertrouwen heeft om alle vaardigheden toe te passen, zodat hij/zij in staat is zelfstandig te reizen, zet de coach een stap terug.

- **Scholingsadvies en -begeleiding:**

Het maken van keuzes is voor veel mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis moeilijk, zo ook het maken van een passende schoolkeuze. Voor sommigen is het onduidelijk welke opleiding ze willen volgen of het is onduidelijk of een beroepsvoorkeur en daarmee verband houdend een schoolkeuze, passend is. Voor anderen geldt dat zij nog geen reële kijk op hun beroepsmogelijkheden en daarmee verband houdend, op een schoolkeuze hebben. Om te onderzoeken welke beroepen eventueel passend zijn, en om te onderzoeken met welke beroepsrichtingen de cliënt affiniteit heeft, biedt een vaste consulent de cliënt een beroepskeuze onderzoek. De cliënt maakt, samen met zijn/haar consulent, eveneens een uitgebreide zelfanalyse en een sterkte-zwakteanalyse. Daarbij komt het accent vooral te liggen op het onderzoeken en het zich bewust worden van kwaliteiten. Tevens wordt er aandacht besteed aan beperkingen en valkuilen. Er wordt zodoende inzicht verschaft in welke functies, branches, sectoren of organisaties het meest geschikt zijn voor de cliënt. Wanneer de beroepskeuze van de cliënt duidelijk is, dan zoekt de consulent samen met de cliënt een scholingstraject (opleiding) en een passend opleidingsinstituut (school). Daarbij wordt rekening gehouden met de belastbaarheid en de (leer)capaciteiten. De cliënt kan tijdens de scholing, indien wenselijk begeleiding van de vaste consulent houden. Deze bewaakt dan de voortgang en de doelen, coacht, motiveert, stimuleert, ondersteunt bij problemen en onderhoudt contacten met het scholingsinstituut.



Productaanbod

Productaanbod R95, vanuit het persoonsgebonden budget (PGB)

- **Sociale vaardigheids- en assertiviteitstraining:**

Om de sociale en assertieve vaardigheden bij mensen met een Autisme Spectrum Stoornis of een Aandachtstekortstoornis op een acceptabel niveau te brengen biedt R95 de cliënt een individuele- of groepstraining. Indien de cliënt een individuele training volgt, dan wordt hij/zij wekelijks getraind door een vaste coach/trainer. De groepstraining vindt twee dagdelen per week plaats en wordt uitgevoerd door 2 vaste trainers.

Autisme Spectrum Stoornis:

Bij mensen met een Autisme Spectrum Stoornis ontbreekt het meestal aan voldoende sociale vaardigheden; zij weten niet of nauwelijks hoe zij zich moeten gedragen in het dagelijkse sociale verkeer. Het onvermogen om op een gepaste manier sociale relaties met andere mensen aan te gaan, is het meest typerende kenmerk bij hen. Er is echter geen eenduidige sociale afwijking bij mensen met een Autisme Spectrum Stoornis, eerder een reeks van veel voorkomende problemen in het omgaan met anderen. Zoals: het niet of onvoldoende reageren op mensen; onverschillig lijken; gebrek aan aandacht voor anderen; gebrek aan oogcontact; een tekort aan sociaal aangepast gedrag, zoals het maken van ongepaste en ogenschijnlijk onbeleefde opmerkingen; het onvermogen om vriendschappen te ontwikkelen; afzijdig blijven bij groepsactiviteiten, zoals pauzes; geen rekening houden met anderen; geen invoelingsvermogen hebben. Mensen met een Autisme Spectrum Stoornis hebben een gebrek aan sociale handigheid, omdat ze een verkeerde inschatting maken van de situatie en de samenhang niet zien, waardoor ze bij wijze van spreken de plank steeds misslaan.

Aandachtstekortstoornis:

Voor mensen met een Aandachtstekortstoornis geldt dat zij vaak niet lijken te luisteren als zij direct aangesproken worden; dat zij grenzen niet (her)kennen bij zichzelf en anderen; dat zij gemakkelijk worden afgeleid door uitwendige prikkels waardoor concentratieproblemen ontstaan; dat zij door hun impulsiviteit moeite hebben met eerst denken en dan doen; dat zij de consequenties niet overzien van hun gedrag; dat zij vaak vervallen in druk en chaotisch gedrag en dat zij daardoor geen rekening kunnen houden met ideeën, gevoelens en gedrag van anderen en dat zij moeite hebben met het organiseren van taken en activiteiten en het inrichten van hun omgeving.

De training:

In de training worden intensieve en herhalende oefeningen geboden, zodat de cliënt kan leren wat er wordt verwacht op het gebied van geaccepteerde omgangsvormen. Daarbij wordt uitgebreid aandacht besteed aan het aanleren of verbeteren van (nieuwe) vaardigheden, het leren inschatten van sociale situaties, het leren de aandacht vast te houden, het leren problemen op te lossen, redelijk denken, wensen uiten, positieve zelfwaardering, onderhandelen, nee zeggen en grenzen stellen, samenwerken, het vragen om hulp, het omgaan met kritiek, enzovoort.

Een traject bij R95, altijd maatwerk:

Een cliënt stelt, eventueel samen met de ouders of een hulpverlener, samen met een consultant van R95 een traject op, waardoor de cliënt altijd verzekerd is van een traject op maat. De cliënt bepaalt in principe zelf hoe een traject er uit gaat zien. R95 kan de cliënt daarin begeleiden.



Productaanbod

Productaanbod R95, vanuit het persoonsgebonden budget (PGB)

Ouderbegeleiding, voor ouders met jongvolwassenen met een autismespectrumstoornis of een Aandachtstekortstoornis:

De diagnoses autismespectrumstoornis of Aandachtstekortstoornis roepen vaak veel vragen op. Het zijn complexe stoornissen waardoor de ontwikkeling van de persoon anders verloopt. De hersenen functioneren anders, waardoor informatie die binnenkomt anders wordt verwerkt. En dat kun je merken in het gedrag. Geen twee personen met een autismespectrumstoornis en Aandachtstekortstoornis zijn gelijk. Aan het ene kind zie je meteen dat er iets aan de hand is, terwijl bij het andere kind op het eerste gezicht niets aan de hand is. De ene dag gaat het ook beter dan de andere dag. Een kind met een autismespectrumstoornis of een Aandachtstekortstoornis kan bij anderen vaak 'gewoon' zijn, zich aanpassen, daarom wordt er door anderen wel eens getwijfeld aan de diagnose. Voor ouders is het vaak moeilijk aan anderen uit te leggen hoe het gedrag in de thuis-situatie is. Op het moment dat kinderen met een autismespectrumstoornis of een Aandachtstekortstoornis in de pubertijd komen, geeft dit extra problemen en spanningen. De pubertijd treedt vaak later in en de gedragsproblemen verergeren zich. Het kan dan prettig zijn dit soort zaken te bespreken met iemand met kennis en ervaring. Die mee kan denken hoe bepaald gedrag te benaderen en aan te pakken is. Iemand die mee kan denken over mogelijke aanpassingen en over manieren om de ontwikkeling van de puber verder te stimuleren. Bij R95 kunnen ze dit bieden, hier werken zogenaamde ervaringsdeskundigen, ouders die zelf een kind hebben met een autismespectrumstoornis of een aandachtstekort. Het gaat hier om maatwerk: uitgaande van de vraag van de ouders. De ouders kennen immers hun puber het beste en vanuit die kennis kunnen ze mede aangeven wat hun puber nodig heeft. Na een kennismakingsgesprek wordt afgesproken waar de nadruk van de begeleiding op komt te liggen. Indien noodzakelijk vindt er overleg plaats met andere mensen in de omgeving van de puber bv. hulpverleners of school. Bij pubers met een autismespectrumstoornis of een Aandachtstekortstoornis is het belangrijk dat alle mensen die bij de puber betrokken zijn op dezelfde lijn zitten. Uiteraard gebeurt alles in overleg met de ouders.