

Graag traag - Over afstemmen op jong ouderschap bij personen met een (vermoeden van een) beperking

Workshop Netwerkdag PIMH Vlaams-Brabant

24 november 2025

Wat gaan we doen?

- Voorstelling workshopbegeleiders vanuit Hecht (Adem vzw)
- Korte kennismaking deelnemers
- Inlevingsoefening LVB
 - Samen nadenken en wat kader
- Inlevingsoefening stress
 - Samen nadenken
- Handvaten voor begeleiding
- Evaluatie

Inlevingsoefening licht verstandelijke beperking

- Even in de ervaring gaan...
- Welke antwoorden kwamen er voorbij?
- Wat leert je dit, denkend aan het omgaan met mensen met een LVB?

Herkennen van personen met een LVB

Algemene info	Leren en vaardigheden	Communicatie en gedrag	Omgeving en wonen
<p>Wat is een LVB? LVB staat voor een licht verstandelijke beperking. Iemand met een LVB is niet makkelijk te herkennen. Vaak komen ze verbaal nog redelijk sterk over, waardoor ze gemakkelijk overschat worden. Bovendien kunnen ze, met de gepaste ondersteuning, vrij zelfstandig leven.</p> <p>Definitie LVB Er wordt naar verschillende criteria gekeken:</p> <ul style="list-style-type: none"> • IQ <ul style="list-style-type: none"> ○ tussen 50/55 en 70/75 ○ IQ tussen 70 en 85 én daarbij een (ernstige) bijkomende problematiek • Adaptieve vaardigheden (sociaal aanpassingsvermogen) <ul style="list-style-type: none"> ○ Conceptuele vaardigheden (lezen, schrijven, rekenen, ...) ○ Sociale vaardigheden (omgaan met relaties, inschatten van sociale situaties, emotieregulatie, ...) ○ Praktische vaardigheden (hygiëne, zelfzorg, gebruik openbaar vervoer, gaan werken, ...) • Een LVB wordt meestal zichtbaar voor het 22^{ste} levensjaar <p>Invloed van stress Als iemand langere tijd in een stressvolle situatie leeft (denk hierbij ook aan ontwikkelingstrauma), kan dat invloed hebben op zijn functioneren. Mogelijk spreekt men dan van functioneren op een LVB-niveau. Het wegnemen van stress zou dan het functioneren versterken, maar dit is niet evident en eventueel herstel komt traag. Vaak willen mensen zelf een snelle oplossing hiervoor en vragen ze om medicatie.</p> <p>In cijfers (op basis van onderzoek in NL): bij min. 1 op de 17 personen is er sprake van een LVB => in Vlaanderen zou dat dan gaan om ruim 400.000 personen</p>	<p>Waarom verlopen afspraken soms moeizaam?</p> <p>Snel na te gaan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Buitengewoon of beroepsonderwijs gevolgd, vaak geen diploma of getuigschrift • Schools niveau 3^{de} à 4^{de} leerjaar <p>Signalen: Ze hebben vaak moeite met:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Klok lezen (zeker analoog) • Lezen, voorlezen • Schrijven (veel fouten, fonetisch schrijven, verkeerde zinsconstructies) • Taalbegrip • Structureren van een verhaal (onderscheid hoofdzaak, bijzaak) • Gevolgen overzien • Plannen en organiseren • Nakomen van afspraken • Vasthouden van aandacht • Begrijpen van (verbale) uitleg/instructies • Begrijpen van brieven van instanties • Het houden van een overzicht van inkomsten en uitgaven • Volhouden van een job bij een werkgever • Ze begrijpen zaken vanuit hun eigen mogelijkheden (kan dus vertekend zijn) 	<p>Waarom loopt contact soms moeizaam?</p> <p>Snel na te gaan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Klein of geen netwerk • Wantrouwen naar hulpverlening, naar instanties <p>Signalen: Meer moeite met:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Begrijpen van sociale regels • Herkennen van emoties • Reguleren van emoties • Initiatief nemen • (Abstract) denken en plannen <p>We zien vaker:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verkeerd begrijpen van sarcasme • Conflicten met instanties • Zelfoverschatting en/of -onderschatting • Fragiel zelfbeeld • Ontwijkende of sociaal wenselijke antwoorden geven • Makkelijk beïnvloedbaar • Betrokkenheid bij criminele activiteiten (slachtoffer/dader) • Sociaal isolement • Ontwikkelen van een psychische of psychiatrische problematiek 	<p>Waarom verlopen praktische zaken soms moeizaam?</p> <p>Snel na te gaan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Woont zelfstandig met ondersteuning van gespecialiseerde hulp, woont in een voorziening <p>Signalen: Meer moeite met:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vinden van de juiste diensten of hulp • Hygiëne en zelfzorg • Reizen met openbaar vervoer • Administratie en omgaan met geld <p>We zien vaker:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Een familielid of vriend die het woord voert • Familielid dat ook een LVB heeft • Overmatig vertrouwen en/of afhankelijkheid van hulpverlening • Niet digitaal vaardig • Schulden • Kinderlijke hobby's

Herkennen van personen met een LVB – algemene info

- Wat is een LVB?
- Definitie
 - IQ
 - Adaptieve vaardigheden
 - Vaststelling voor 22 jaar
- Invloed van stress
- In cijfers: min. 400.000 in Vlaanderen

Herkennen van personen met een LVB - leren en vaardigheden

- **Snel te checken:**
 - Schoolse achtergrond
 - Schoolse kennis 3° à 4° leerjaar
- **Moeite met:**
 - Lezen, schrijven, taal begrijpen, rekenen, klok lezen, ...
 - Plannen en organiseren, nakomen van afspraken
 - Een verhaal gestructureerd brengen
 - Aandacht lange tijd bij iets houden
 - ...



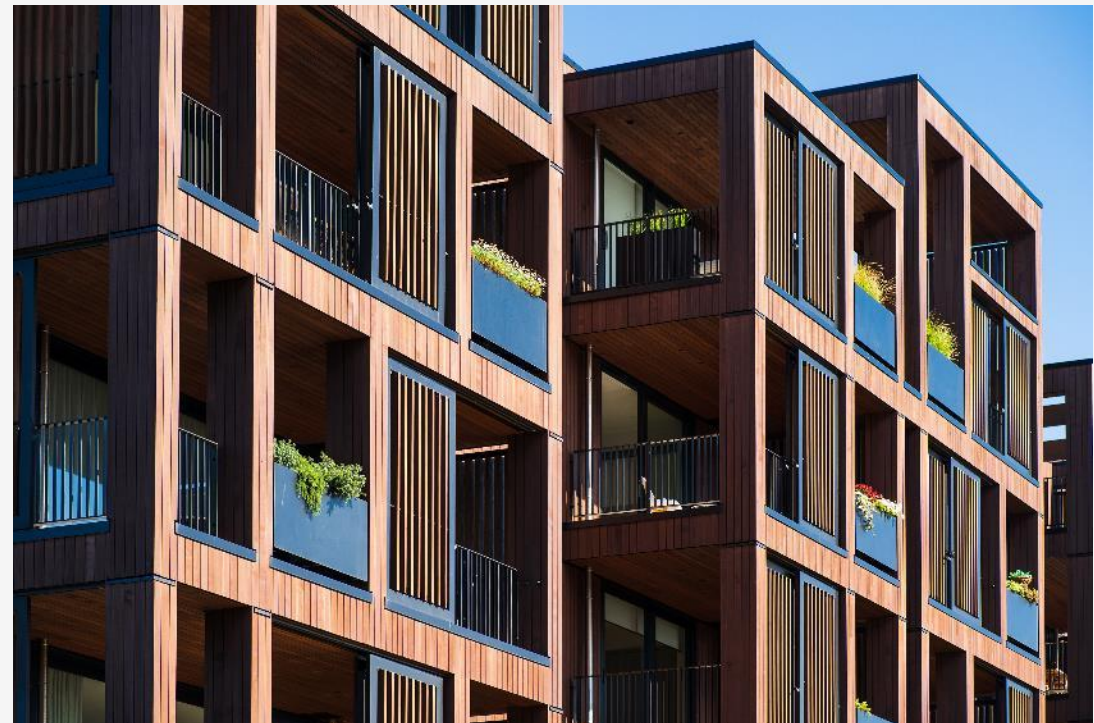
Herkennen van personen met een LVB - communicatie en gedrag

- **Snel te checken:**
 - Klein of beperkt netwerk
 - Wantrouwen naar hulpverlening, instanties
- **Moeite met:**
 - Sociale regels, interacties
 - Herkennen en reguleren van emoties
 - (Abstract) denken
 - Inschatten van zichzelf
 - Begrijpen van humor
 - Grenzen stellen, zijn beïnvloedbaar
 - ...

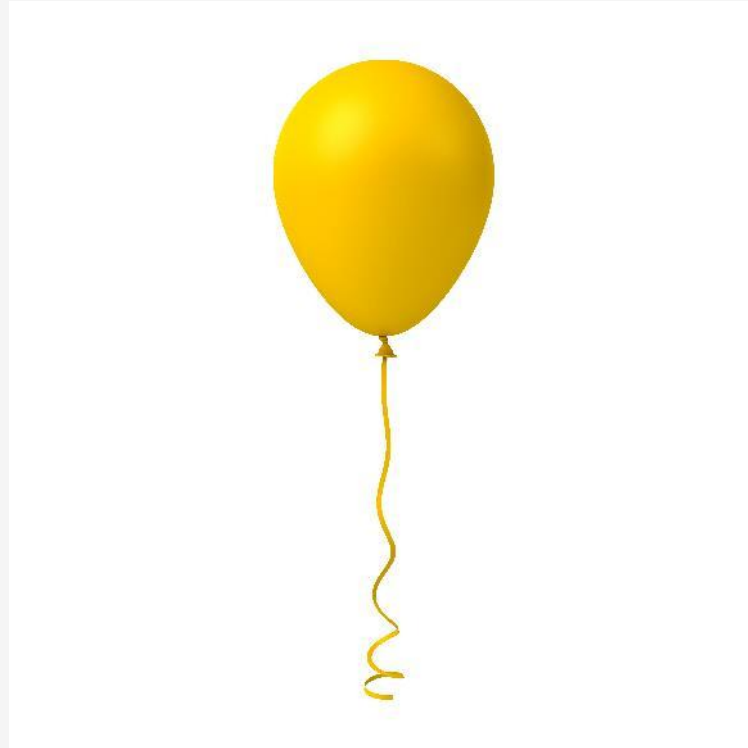
Herkennen van personen met een LVB

- omgeving en wonen

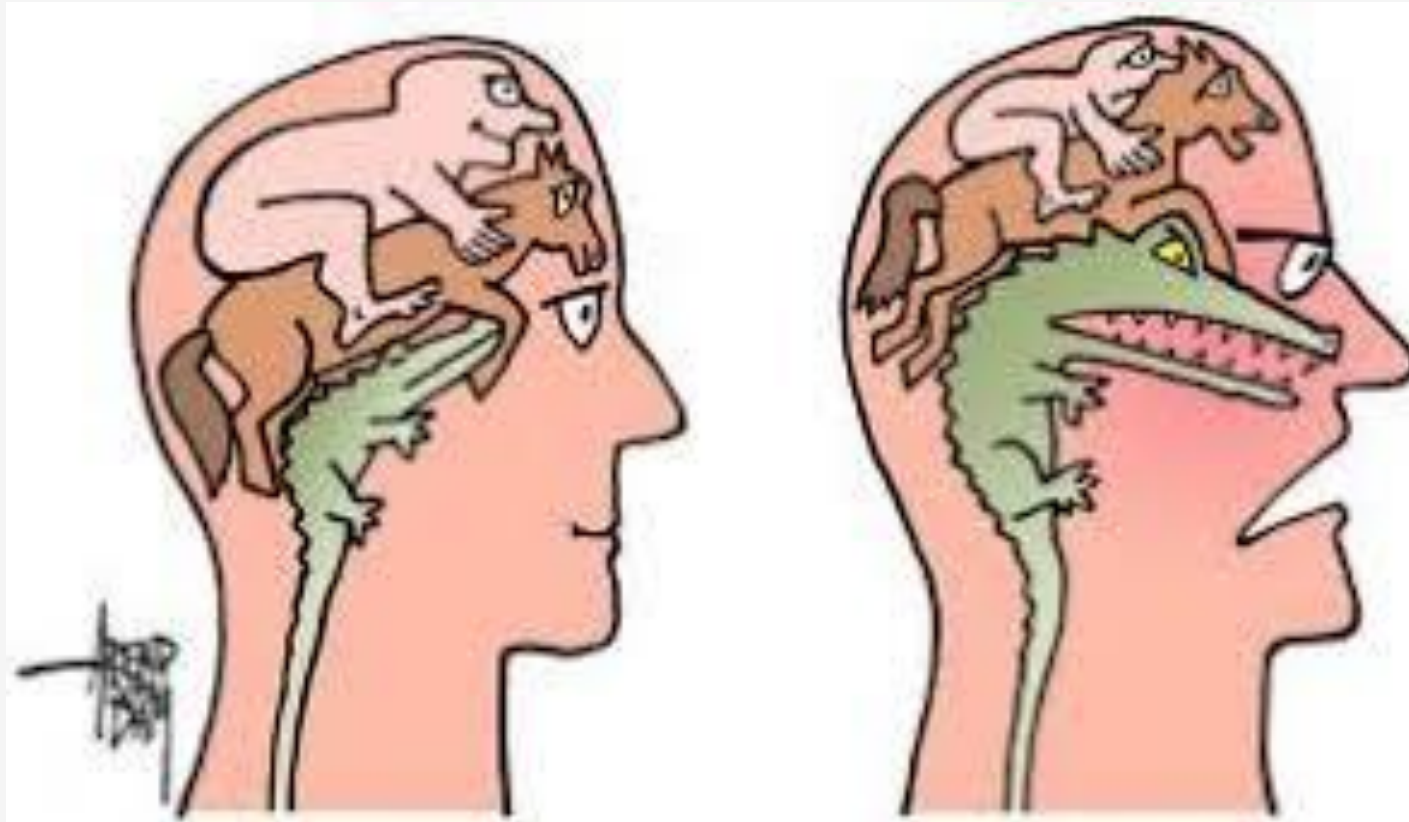
- Snel te checken:
 - Wonen zelfstandig met gespecialiseerde begeleiding, wonen in een voorziening
- Moeite met:
 - Vinden van juiste diensten of instanties
 - Gebruik openbaar vervoer
 - Hygiëne en zelfzorg
 - Omgaan met geld
- Vaak te zien:
 - Familieleden met LVB
 - Digitaal niet vaardig
 - Kinderlijke hobby's
 - ...



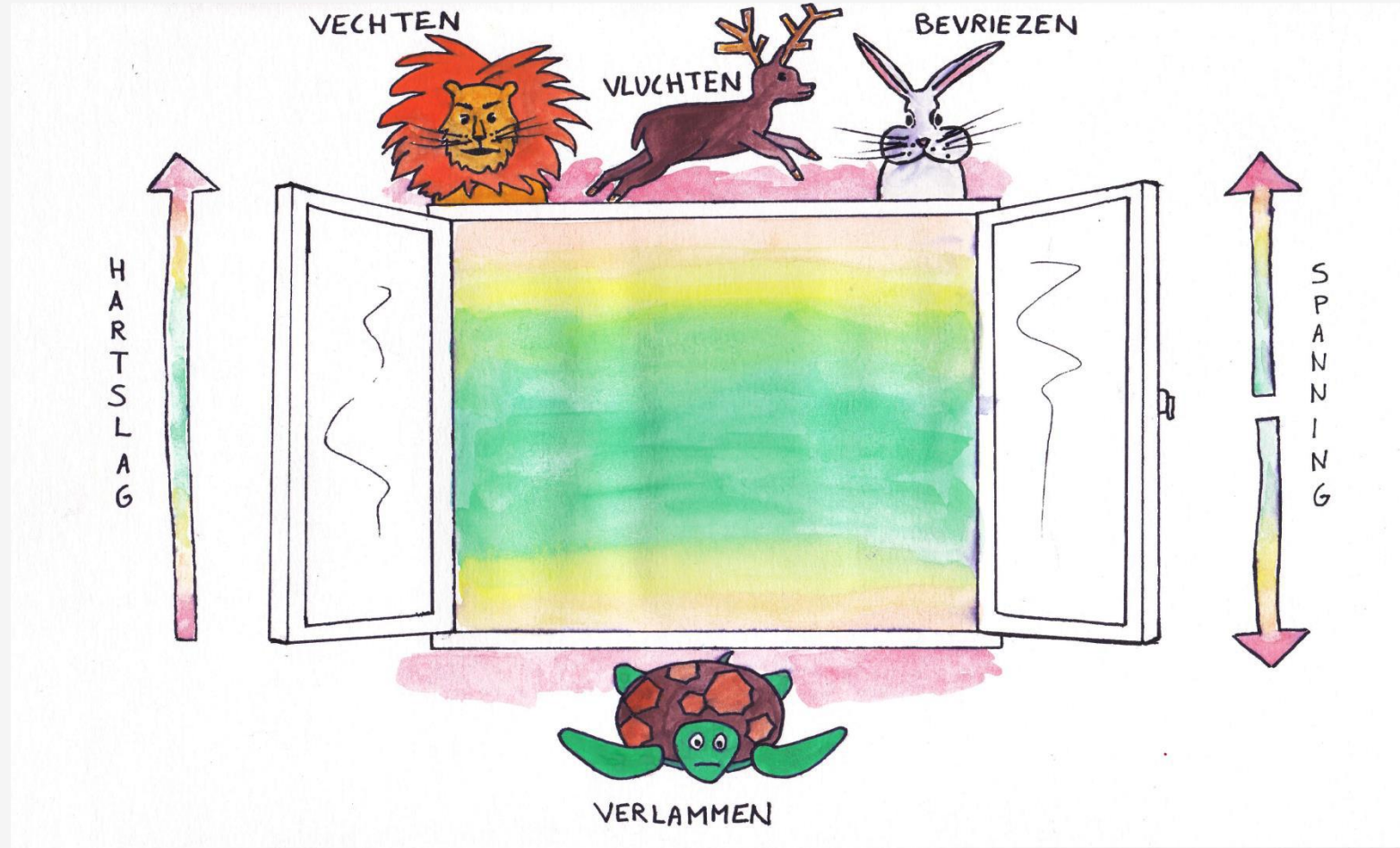
Inlevingsoefening stress



Belangrijk hierbij voor personen met een LVB



Belangrijk hierbij voor personen met een LVB

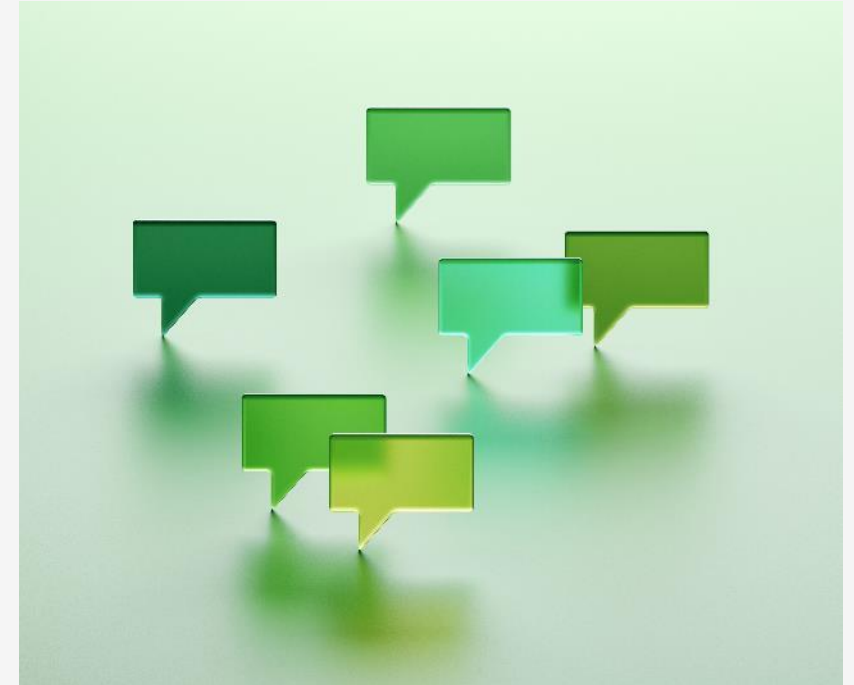


Handvaten voor begeleiding

Tips voor communicatie	Tips voor communicatie	Tips voor ondersteuning	LVB en jong ouderschap	Meer weten?
<p>Wat wel doen?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vertrek vanuit presentie: zoek aansluiting, small talk – basis leggen voor vertrouwen - Stel concrete vragen, niet te algemeen - Toon geduld - Herhaling werkt - Laat hen, in eigen woorden de boodschap of afspraak herhalen, om na te gaan of ze je begrijpen, geef daarvoor ook even de tijd - Neem de nodige tijd - Blijf zelf rustig - Geef tijd om een vraag te verwerken en dan een antwoord te geven - Benader de ander respectvol - Spreek tegen de cliënt zelf - Laat de ander merken dat hij gezien en gehoord wordt - Geef ruimte voor emoties en toon begrip - Teken of schets (problematische) situatie om het concreter te maken - Maak het visueel - Wees duidelijk in wat je van de ander verwacht - Structureer en baken af - Denk vooruit (samen met de cliënt) 	<p>Wat niet doen?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Spreek niet op een kinderlijke wijze - Richt je niet automatisch op begeleiders of aanwezige hulpverleners - Gebruik geen onnodige beeldspraak (spreekwoorden, gezegdes) - Gebruik geen moeilijke woorden of vakjargon - Wees voorzichtig met het gebruik van humor (dit kan letterlijk worden opgevat) - Gebruik geen lange zinnen - Vraag niet te veel in één keer (lengte van een vraag, lengte van een gesprek, niet te veel opdrachten meegeven) - Geef niet te veel informatie in één keer 	<p>Wat helpt?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Herinner de ander aan afspraken - Heb oog voor het verschil tussen niet willen en niet kunnen - Besef dat een handicap blijvend is - Trek voldoende tijd uit voor een gesprek - Zorg altijd voor een warme overdracht naar derden, bij voorkeur samen met de cliënt - Heb oog voor overbelasting/overvraging - Stel samen doelen op en leg samen afspraken vast - Geef je contactgegevens mee (visitekaartje of meteen opslaan in smartphone) - Geef gemaakte afspraken op papier mee - Doe wat je zegt en zeg wat je doet, toon je betrouwbaar 	<p>Opgroeien bij een ouder met een LVB is op zich geen probleem, op voorwaarde dat er een betrouwbaar en steunend netwerk is voor ouders en kind. Indien dat er niet is, is het belangrijk om dit als hulpverlener mee te zijn en uit te breiden.</p> <p>Kijk vanuit verschillende perspectieven naar jong ouderschap bij personen met een LVB:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jong ouderschap (en de worstelingen die elke jonge ouder kent) - Beperkingen/kansen - Het kind - De maatschappij: vraagt veel van jonge ouders – is complex – bewaakt de veiligheid en de kansen <p>Zorg voor kinderen gaat via zorg voor de ouders:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Je eigen rust is besmettelijk - Probeer de stress te verlagen - Zoek naar een gepaste manier van afstand/nabijheid – nabijheid op afstand kan ook helpen (door berichtjes, telefoontje) - Laat hen horen/voelen dat ze blijven bestaan in jouw denken, ook al zie je hen een tijdje niet (berichtje tussendoor, zeggen dat je aan hen gedacht hebt) - Zie hun inzet: al wat ze doen, vertrekt vanuit inzet (maar er is een verschil tussen bedoeling en effect) - Keur niet alles goed, wees transparant - Oefen rond buitenkant- binnenkant-overkant: als ze kunnen stilstaan bij hun eigen last, kunnen ze soms ook makkelijker stilstaan bij de last van het kind 	<p>Zie info op www.kenniscentrumlvb.nl</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diverse brochures (inspiratie voor onze tips) - E-learning <p>Liever in overleg rond vragen?</p> <p>Hecht (Adem vzw) biedt de mogelijkheid tot consult wanneer je met vragen zit rond jong ouderschap bij personen met een LVB:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Telefonisch - Intervisie - Casusbespreking - Vorming <p>Contacteer ons gerust. Hecht@ademvzw.be Hilde.organe@ademvzw.be</p> <p>Daarnaast zijn we ook beschikbaar als begeleidingsdienst voor deze gezinnen, rechtstreeks toegankelijk en voor de periode vanaf de zwangerschap tot het kindje 2,5 à 3 jaar oud is.</p>

Handvaten voor begeleiding – communicatie: wat **wel** doen?

- Presentie
- Concreet
- Geduld – geef tijd – neem tijd
- Herhaling werkt (op lange termijn!)
- Blijf rustig
- Noteer – werk visueel
- Geef ruimte aan emoties en toon begrip
- ...



Handvaten voor begeleiding – communicatie: wat **niet** doen?

- Kinderlijke taal
- Spreken tegen hun begeleider
- Beeldspraak, moeilijke woorden, vakjargon
- Te veel vragen in één keer
- ...

Handvaten voor begeleiding – tips voor ondersteuning

- Herinner aan afspraken
- Niet willen versus niet kunnen (beperking is voor altijd)
- Oog hebben voor overbelasting/overbevraging
- Doe wat je zegt en zeg wat je doet – toon je betrouwbaar en transparant
- ...

Handvaten voor begeleiding – jong ouderschap en LVB

- Belang van een netwerk
- Kijk altijd vanuit verschillende perspectieven
- Zorg voor ouders => zorg voor het kind:
 - Stress verlagen
 - Afstand/nabijheid
 - Laat voelen dat ze bestaan in jouw hoofd
 - Buitenkant – binnenkant - overkant



Handvaten voor begeleiding – jong ouderschap en LVB



- Hecht (Adem vzw) biedt de mogelijkheid tot consult wanneer je met vragen zit rond jong ouderschap bij personen met een LVB:
 - Telefonisch
 - Intervisie
 - Casusbespreking
 - Vorming

Contacteer ons via: Hecht@ademvzw.be en Hilde.organe@ademvzw.be

- Daarnaast zijn we ook beschikbaar als begeleidingsdienst voor deze gezinnen, rechtstreeks toegankelijk en voor de periode vanaf de zwangerschap tot het kindje 2,5 à 3 jaar oud is.

Evaluatie

Dankjewel!

*‘Tout seul, on va toujours plus vite. Mais ensemble on va beaucoup plus loin.
Ge kunt zo hard gaan als ge wilt. Alleen tesamen keert het tij.’ (Zwangere Guy)*

