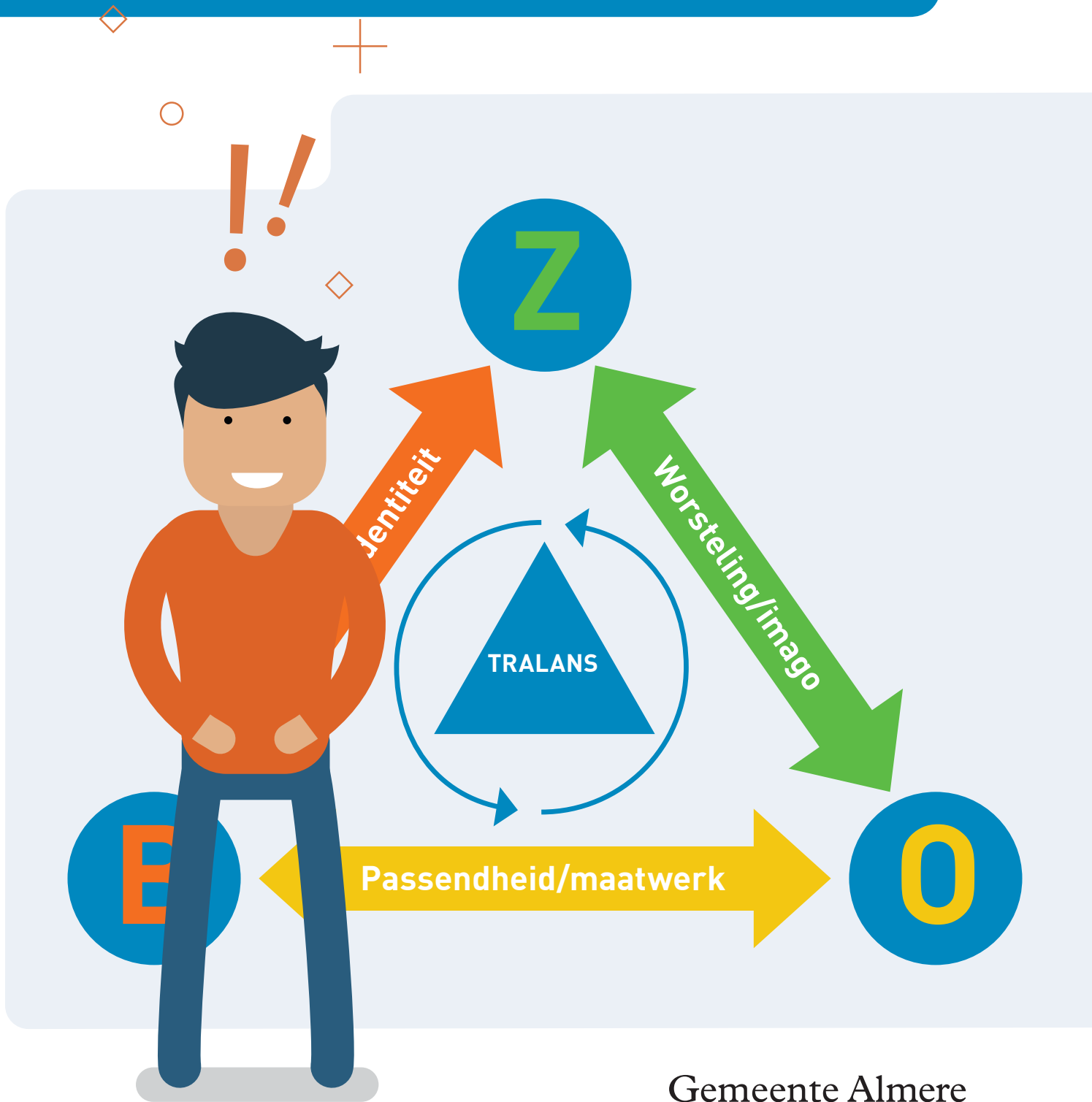


# TRALANS

Dynamische zelfredzaamheid



Gemeente Almere



## Het verhaal van Hans

Hans, een talentvolle voetballer van 17 jaar, doorstaat de ene selectie na de andere. Hij droomt stiekem van een toekomst als profvoetballer, maar opeens gaat het fysiek minder. De trainer ziet het niet meer in hem zitten en Hans belandt op de bank. Hij gaat harder trainen, maar tevergeefs. Het lijkt alsof zijn schoenen steeds zwaarder worden. Als zijn snelheid echt zichtbaar terugloopt, is het tijd om eens met een arts te praten. Die is stellig: “Wen er maar aan. Het wordt nooit meer zoals het was.” Hans heeft een langzaam progressieve spierziekte.



### Grenzen aan zelfredzaamheid

De diagnose van de arts maakt pas echt de topsporter in hem los. Alsof er niets aan de hand is, stort Hans zich op een maatschappelijke carrière. En met succes! Maar na verloop van tijd, jaren later, gaat zijn uithoudingsvermogen hem ook hier parten spelen. De grenzen van zijn volledige **ZELFREDZAAMHEID** heeft Hans dus wel bereikt.

### Omgaan met een beperking

Niet meer volledig zelfredzaamheid zijn, is gevoelsmatig toch echt iets anders dan het hebben van een **BEPERKING**. Hans blijft vechten tegen zijn lichamelijke klachten. De realiteit van die klachten inzien en **accepteren** vindt hij ontzettend lastig. Hij probeert al het mogelijke zelf op te lossen. Na de zoveelste aansporing van zijn omgeving, breekt het moment aan dat hij toch maar contact zoekt met de gemeente.

### Zoektocht naar passende ondersteuning

Wat schetst zijn verbazing, de gemeente vraagt wat Hans zelf nog kan. Hij koopt van binnen: “Als ik mezelf nog kon redden, dan klopte ik hier toch niet aan?!” Zodra de ernst van de situatie doordringt bij de gemeentelijk medewerker, blijkt er heel wat **ONDERSTEUNING** mogelijk. Maar bij

Hans slaat de twijfel toe. Hij ziet zichzelf nog niet in een scootmobiel door de stad rijden. Niet alles wat past bij zijn beperking, past dus ook bij de wensen van Hans van dat moment. Voor jezelf erkennen dat je een beperking hebt, blijkt gemakkelijker dan er ook zichtbaar mee naar buiten treden. Het is een **worsteling** om beschikbare hulpmiddelen ook echt te benutten.

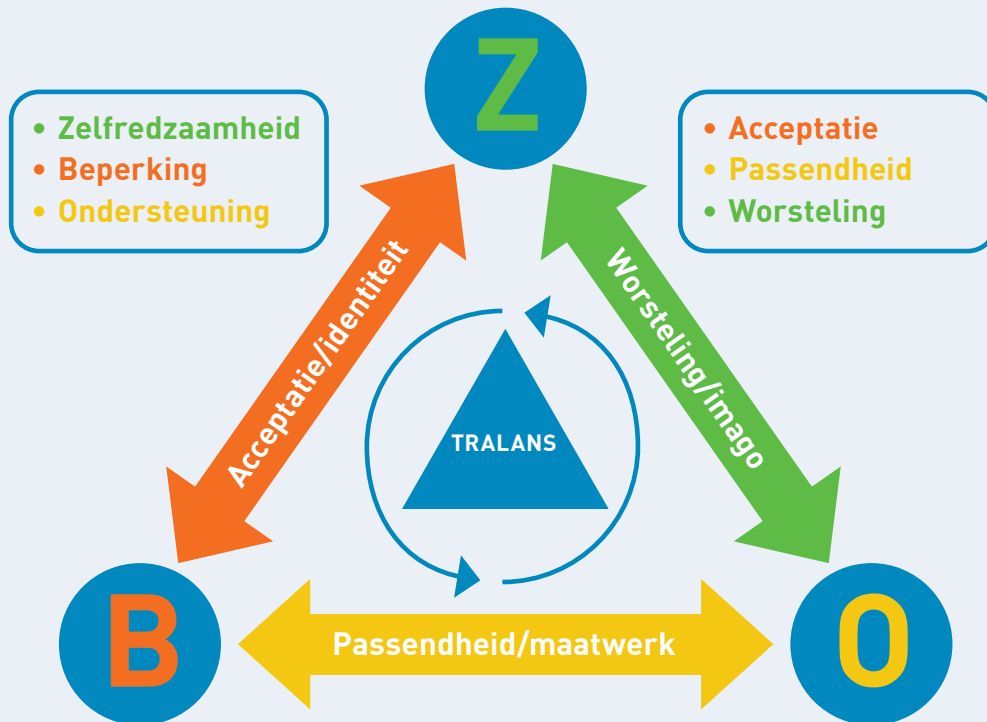
In gesprek met de gemeentelijk medewerker komt Hans tot de **ONDERSTEUNING** die wél bij hem past. Dit is het **maatwerk** waar hij aan toe is. De drie-eenheid van zijn overgebleven **ZELFREDZAAMHEID**, zijn **BEPERKING** en passende **ONDERSTEUNING** zijn eindelijk in balans. Bij elkaar noemt Hans dit een **TRALANS**.

### Dynamisch evenwicht

Zo'n situatie van **TRALANS** duurt soms maar even. Hans' ziekte staat namelijk nooit stil en zijn omgeving evenmin. Net gewend aan het nieuwe evenwicht bespeurt hij een lichte achteruitgang. Hans ontkent die in eerste instantie, maar al snel lukt dat niet meer. Hij moet een nieuwe **BEPERKING** leren accepteren, het nieuwe maatwerk moet bepaald. Zo is de **TRALANS** een dynamisch proces met voortdurende intervallen en nieuwe evenwichtspunten.

# TRALANS: dynamische zelfredzaamheid

Een model van Hans Hobijn



## Wat leren we hiervan?

**Het verhaal van Hans staat niet op zichzelf. Veel mensen met een beperking, of beter gezegd, een onvolledige ZELFREDZAAMHEID, herkennen zijn proces waarschijnlijk. Welke lessen kunnen we hieruit trekken?**

### Omgaan met een kwetsbaar evenwicht

Hans' verhaal illustreert hoe kwetsbaar het evenwicht is bij de toegang tot hulp en **ONDERSTEUNING**. Een inwoner stelt een vraag en ervaart dan soms achterdocht bij professionals: heeft iemand wel echt **ONDERSTEUNING** nodig? Ook als de basishouding positief is en uitgaat van de oprechtheid van een inwoner, kunnen goedbedoelde vragen zomaar verkeerd vallen. Bovendien kan een verschil in karakter of

communicatiestijl tot een klik tussen professional en inwoner of juist tot verwijdering leiden.

### Aansluiten bij het gevoel

Ook als professionals ruimhartig naar de situatie kijken, kan een technisch juiste oplossing toch niet passen bij het gevoel van de inwoner. Cruciaal voor een goed proces is inzicht in iemands achtergrond, psyche en mate van acceptatie van de **BEPERKING**. Hoe kijkt diegene naar de eigen situatie en (on)mogelijkheden? En wat is de beste manier om een evenwichtspunt in de **TRALANS** te creëren en die zo lang mogelijk te laten duren? Hierbij is het belangrijk om oog te hebben voor schaamte en taboes die kunnen spelen bij de inwoner of zijn omgeving en voor het erkennen van de consequenties hiervan.

### Alert zijn op onder- en overvragen

Er zijn inwoners die vanuit schaamte, zelfoverschatting of andere redenen minder **ONDERSTEUNING** vragen of accepteren dan nodig is. Deze inwoners kun je 'ondervragers' noemen. Tegelijkertijd zijn er inwoners die juist overvragen. Bijvoorbeeld omdat ze ervan uitgaan dat ze toch altijd minder toegekend krijgen dan ze vragen. Of omdat ze beter af willen zijn dan anderen in hun netwerk. Het is belangrijk om zowel onder- als overvragers te herkennen en hier adequaat op in te spelen in communicatie en bij het toekennen van voorzieningen.

### Toegang vraagt vakmanschap

Al deze factoren komen samen in het gesprek over de toegang tot ondersteuning. Het vraagt vakmanschap en de juiste houding om zulke gesprekken, met uiteenlopende mensen, zorgvuldig te voeren. Niet alle inwoners én niet alle professionals voelen zich op hun gemak in de gesprekken. Beiden kunnen zich te passief en volgzzaam opstellen of juist te veel op hun strepen gaan staan. Belangrijk is daarom om te beseffen dat er in een toegangsgesprek geen tegenstelling

is, of zou moeten bestaan. Er is namelijk een gezamenlijk doel: de oplossing vinden die optimaal aansluit bij de behoefte. Het komen tot die oplossing is een kwestie van goed luisteren, uitwisselen, zoeken en bepalen. De vraag van de inwoner kan daarbij aanvankelijk anders zijn dan de eigenlijke (latente) behoefte.

### Inzet van een onafhankelijke cliënt-ondersteuner

Eensgezindheid aan de gesprekstafel is een mooi streven, maar ontstaat niet vanzelf. Iemand naaste of een (ervaringsdeskundige) onafhankelijke cliëntondersteuner kan hierbij helpen. Bijvoorbeeld door iemands (latente) behoefte en (de urgentie van de) vraag duidelijk te helpen maken. En door emoties te helpen kanaliseren. De professional kan vervolgens vanuit expertise mogelijke oplossingen aandragen. Zo heeft iedereen een eigen rol in het proces. Vervolgens is het zaak om met elkaar het meest passende maatwerk te kiezen en te toetsen of dit werkelijk voldoet: maatwerk dat een evenwichtspunt in de **TRALANS** helpt creëren.

### Tips voor professionals in het kort:

- Verdiep je in de achtergrond en communicatiestijl van de inwoner.
- Verkrijg inzicht in hoe iemand kijkt naar de eigen situatie en (on)mogelijkheden.
- Herken en speel adequaat in op onder- en overvragers.
- Blijf je vakmanschap versterken en kom in samenspraak met de inwoner tot de meest passende oplossingen door goed luisteren, uitwisselen, zoeken en bepalen.
- Stimuleer dat inwoners een naaste en/of een (ervaringsdeskundige) onafhankelijke cliëntondersteuner meenemen aan de gesprekstafel.



Hans Hobijn heeft uit eigen ervaring het Tralansmodel opgesteld. Dit beschrijft de zoektocht van inwoners naar stabiliteit in hun zelfredzaamheid, hun beperking en de ondersteuning die ze nodig hebben.