

**Richtlijnen en ervaringen voor en door Hersenz-professionals**



**Richtlijnen en ervaringsverhalen van de pilot (feb-jun 2017) over de Huis van je Leven©-gespreksmethode toegepast binnen Hersenz.**

**Ik ben Paul van Leeuwen en ik heb voor mijn afstudeerproject onderzoek gedaan naar de Huis van je Leven©-methode binnen Hersenz. In dit boekje zijn ervaringen van de methode beschreven en voorlopige behandelrichtlijnen opgesteld. De resultaten zijn afkomstig van zeven Hersenz-professionals die aan de pilot hebben meegedaan en achttien NAH-cliënten en twee naasten die de methode als behandeling hebben gekregen.**

**Inhoud**

[De Huis van je Leven©-methode 3](#_Toc484005923)

[Wat is de Huis van je Leven©-methode? 4](#_Toc484005924)

[Hoe gaat de methode bij mensen met NAH? 4](#_Toc484005925)

[Hoe beoordelen NAH-cliënten en naasten de methode? 5](#_Toc484005926)

[Voorbeeld van een toepassing: 5](#_Toc484005927)

[Het formuleren van doelen 5](#_Toc484005928)

[Wat zijn aandachtspunten? 6](#_Toc484005929)

[Voorbeeld van een toepassing: 7](#_Toc484005930)

[Graag in gesprek met een naaste 7](#_Toc484005931)

[Het einde van het gesprek 8](#_Toc484005932)

[Voorbeeld van een toepassing: 9](#_Toc484005933)

[Het verschil in cliënten binnen een groepsbenadering 9](#_Toc484005934)

[Literatuur: 11](#_Toc484005935)

## C:\Users\Paul\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Word\image.jpg**De Huis van je Leven©-methode**

Huis van je Leven© is een visuele gespreksmethode voor zorg, welzijn en (loopbaan)coaching (Huis van je Leven©, z.d.). De methode is op een metafoor van een ‘huis’ gebaseerd, waarbij je kamers in kan richten en vormgeven. Deze kamers staan voor de verschillende levensgebieden in het leven. Ook vraagt het ‘huis’ om onderhoud en door iedere kamer langs te lopen ontdek je wat belangrijk voor je is (Huis van je Leven©, z.d.). De uitgangspunten van de methode zijn methodisch werken, motiverende gespreksvoering, positieve psychologie en integrale benadering. ‘Je eigen kracht’ staat centraal (Schoen & Pagée, z,d.). De Huis van je Leven©-methode bestaat uit verschillende werkvormen, de werkvorm ‘kennis maken met de metafoor’ is verplicht. Hierna kiest de trainer een werkvorm en maakt daarbij eventueel gebruik van de bijhorende attributen. De werkvormen helpen de NAH-cliënt zijn of haar eigen huis beter te leren kennen (Schoen & Pagée, z,d.).

Ingrid Schoen en Mirjam van Pagée lichtten in een interview toe dat zij de methode ongeveer vijf jaar geleden hebben ontwikkeld. De methode is van oorsprong een coaching-methode voor het bedrijfsleven (Schoen & Pagée, 2017). In medio 2016 zijn Schoen en Pagée zich op de sector zorg en welzijn gaan richten, omdat zij van mening zijn dat de gezondheid van de mensen in Nederland nog veel beter kan. Zij vinden het belangrijk om op gelijke hoogte in gesprek te gaan en zo tot de echte problemen van iemand te kunnen komen. Zij stellen dat je door de methode contact met iemand kan leggen en het persoonlijk kan maken, omdat diegene zelf de regie over het persoonlijke plan heeft. Ingrid Schoen heeft Hersenz benaderd om de visuele methode aan te dragen als aanvulling op het huidige behandelplan van NAH-cliënten en naasten.

## **Wat is de Huis van je Leven©-methode?**

**Naaste: “De metafoor bracht mij op allerlei gedachtes over een nieuw huis met bestaande stenen bouwen, en het cement dat er geregeld uit valt, voegen en uitvoegen kom je niet meer aan toe.”**

De Huis van je Leven©-methode moet een gesprek tijdens een behandeling helpen om over alle gebieden in iemands leven te kunnen praten. Bij deze methode hoort een handleiding, waarin de verschillende werkvormen worden uitgelegd.

De werkvorm waarmee gestart wordt is de ‘rondleiding door het Huis van je Leven©’. Om de methode voor de gesprekspartner zo makkelijk mogelijk te maken zijn de volgende punten van belang:

1. Tijdens de uitleg van de kamers wordt er fysiek ‘door de kamers gelopen’ met bijvoorbeeld een pion.
2. Daarbij is het belangrijk dat de gesprekspartner de kaart met de uitleg van de kamers voor zich heeft liggen. Met behulp van het kaartje is het eenvoudiger om de begripsomschrijving te begrijpen.
3. Nadat de gesprekspartner kennis heeft genomen van de methode, is het van belang dat er een passende werkvorm gekozen wordt. Dergelijke werkvormen zijn terug te vinden in de handleiding van de methode.

## **Hoe gaat de methode bij mensen met NAH?**

Uit het onderzoek is gebleken is dat door onder andere verminderde energie en een beperking van het abstractievermogen het toepassen van de methode moeilijker verloopt. Echter is ook gebleken dat ondanks deze beperkingen het goed mogelijk is om de methode te gebruiken. Met name als het gebruikt wordt in relatie tot de al herkenbare levensgebieden van de gesprekspartner.

1. De introductie van de methode en het begrijpen van de methode mag niet langer dan maximaal twee gesprekken (behandelingen) duren. De methode moet namelijk geen doel op zich gaan worden, maar een hulpmiddel om bepaalde doelen van de gesprekspartner te kunnen bereiken.
2. De metafoor (huis) kan bij de gesprekspartner tot verschillende associaties leiden. Belangrijk is om goed voor ogen te hebben of de gesprekspartner, met name de NAH-cliënt, de metafoor begrijpt.
3. De metafoor vergt van de gesprekspartner de nodige fantasie om het goed te kunnen begrijpen. Ook is gebleken dat de tekening van het huis te veel prikkels kan geven en daarom een belemmering oplevert bij de gesprekspartner.

## **Hoe beoordelen NAH-cliënten en naasten de methode?**

**De methode scoort tussen een ‘ruim voldoende’ en een ‘goed’ onder de NAH-cliënten en naasten.**

## **Voorbeeld van een toepassing:**

### ***Het formuleren van doelen***

Ik heb de methode bij een nieuwe cliënt toegepast nadat ik de indicatiestelling had aangevraagd. Om te beginnen gingen we kijken naar het formuleren van doelen door alle kamers langs te gaan. Door dit zo in kaart te brengen met behulp van de fiches (die in het koffertje zitten) krijg ik zicht op wat voor invloeden er in de kamers bij die cliënt een rol spelen. Vervolgens kan ik als behandelaar bewuste keuzes maken en voorkom je een ‘apenkooi’. Tijdens een gesprek waarbij de hoofdbehandelaar, een klinisch psycholoog of neuropsycholoog aanwezig was, kwam de cliënt terug op de geformuleerde doelen, zonder dat we de metafoor voor ons op papier hadden liggen kon ze mooi het bruggetje maken. Wat wilde ze ook alweer en waar wilde ze haar aandacht nu op vestigen. Daarbij had ze heel duidelijk voor ogen dat ze meer in de vrijetijdskamer wilde gaan zitten. Doordat zij dit voor ogen had heb ik gebruik gemaakt van een ecogram en afgesproken dat we tijdens het volgende bezoek gaan kijken naar wat er in de vrijetijdskamer nodig is. Met behulp van de uitwerking van het ecogram probeer ik haar systeem in kaart te brengen. Wat heeft ze nu voor ogen, wil ze zich daar meer in bevinden en heeft ze daar mensen voor nodig? De beeldspraak en de creatieve werkvorm pasten goed bij haar. Voor haar is het net alsof je de levensgebieden langsloopt. Terwijl haar abstractievermogen redelijk beperkt is, was het goed mogelijk om de methode toe te passen en in het metafoor te denken. Wel beet ze zichzelf af en toe wel erg vast in de terminologie. Hoe heet deze kamer ook alweer? Als geheugensteuntje gebruik ik bijvoorbeeld bij de binnenplaats, kijk naar je diepste ‘ik’ en laat ik mijn hoofd zakken zo van hand naar buik. Dat helpt als de terminologie of tekening in de weg kunnen zitten als ze dat heel letterlijk en serieus neemt. Ook kan je bijvoorbeeld een bruggetje maken tussen de Huis van je Leven©-methode en de lepeltjes theorie. Zo heb ik met behulp van roze en paarse fiches hersenletsel uitgebeeld, ik veeg ze weg en nu moet je delen. De methode geeft een brede kijk en biedt een handvat om het beter te structureren.

**Drie naasten waren het met deze vraag ‘eens’, de overige resultaten zijn van NAH-cliënten.**

## **Wat zijn aandachtspunten?**

De methode is bij (individuele) thuisbehandeling en groepsbehandeling goed in te zetten. De ervaring van de pilot is dat de methode voor een positieve barrière in het gesprek zorgt. Echter zitten er bij beide vormen aandachtspunten waar rekening mee gehouden moet worden.

1. Voor individuele thuisbehandeling is het van belang dat de gesprekspartner leidend is tijdens het gesprek. Daarbij is sturing nodig om niet te veel uit te wijden over bepaalde zaken indien dit niet gewenst is. De methode moet er tijdens het gesprek voor zorgen dat het geen ‘vragenuurtje’ wordt, maar een fijn gesprek waarin uiteindelijk wel alle onderwerpen aan bod zijn geweest.
2. Voor thuisbehandeling met naasten is het belangrijk om de NAH-cliënt eerst aan het woord te laten en dan de naasten. Zo kunnen de gevoelens bij de kamers beter met elkaar vergeleken worden en worden de gevoelens van de NAH-cliënt minder beïnvloed door de naasten.
3. Bij groepsbehandeling is het wenselijk dat de NAH-cliënten die in de groep deelnemen vooraf bekend zijn met de methode. De NAH-cliënt kunnen bijvoorbeeld al vanuit de thuisbehandeling kennis hebben gemaakt met de methode. Hierdoor is er een bepaalde basiskennis binnen de groep, waardoor de groepsbehandeling effectiever verloopt. Dit komt de tijdsindeling ten goede en de kans is groter dat NAH-cliënten elkaar tijdens de behandeling kunnen versterken om tot de doelen van de behandeling te kunnen komen.

## **Voorbeeld van een toepassing:**

### ***Graag in gesprek met een naaste***

Tijdens de training van de Huis van je Leven©-methode moest ik heel erg denken aan een naaste van een cliënt. De naaste wilde graag met mij in gesprek en ik dacht daar kan ik de methode goed voor gebruiken. Na dit overlegd te hebben met haar, heb ik bij het volgende gesprek het koffertje meegenomen en heb ik uitleg gegeven over de betekenis van het huis. Nadat ik alle spulletjes had uitgestald, heb ik aan de hand van het placemat de kamers in het kort langsgelopen. Ik had er bewust voor gekozen om alleen in gesprek te gaan met haar, om haar ervaring te horen. Haar man heeft afasie en dat maakt communiceren sowieso al lastig. Vervolgens heb ik ervoor gekozen om alle kamers even kort langs te lopen en op een memoblaadje één woord te schrijven dat deze kamer kenmerkt. Ik vond het daarbij wel lastig om niet te veel uit te wijden. Belangrijk is om het concreet te houden zodat het niet een heel uitgebreid verhaal wordt. De fiches heb ik, zoals wij tijdens de training hebben geleerd, gebruikt om belangrijke kamers te kenmerken. Waardoor ze gaandeweg het gesprek niet vergeten worden en weer besproken kunnen worden. Nadat we alle kamers langs waren gelopen, inclusief de tuin van de

 toekomst kwamen we er achter dat het haar een heel goed totaalbeeld

 gaf. Zo werd er voor haar zichtbaar dat er in elke kamer wel wat

**Naaste: “Ik ben heel blij dat er nieuwe dingen ontwikkeld blijven worden om te voorkomen dat cliënten en naasten stil komen te staan.”**

 te doen was en er ook plekken waren waar zij nog niet mee

 aan de slag wilde. Ondanks dat ze daar nog niet aan

 wilde werken werd het wel even

 besproken en dat is ook belangrijk.

Doordat de naaste zelf het pionnetje over het huis verplaatste, keerde ze zelf terug naar het onderwerp waar het pionnetje stond. Dit gaf tijdens het gesprek een bepaalde afbakening van het onderwerp waar de pion op dat moment staat. Het doel van het eerste gesprek was om het huis voor haar in kaart te brengen. Vervolgens hebben we er een foto van gemaakt en heb ik haar het huis laten opruimen. Waarop ik vroeg hoe ze het gesprek heeft ervaren. Zij bleek het gesprek als heel prettig te hebben ervaren. De metafoor was voor haar als een soort kapstok, die haar gaande weg het gesprek hielp om het gesprek te structureren. Het kaartje met de uitleg van de kamers is wel erg belangrijk om bij het onderwerp te blijven. Ook vond ze het erg fijn dat ze door middel van een kamer over een specifiek onderwerp kon praten. Nadat het gesprek klaar was en we een foto hadden gemaakt, had ik wel zo van waar laat ik dan de stickertjes. Ik heb het nu bij één cliënt gedaan dus stop ik ze gewoon in het bakje bij de pionnetjes en de fiches. Maar wat doe ik als ik meerdere cliënten heb waarmee ik het ga doen en hoe lang blijven de memo’s plakken of schrijf ik het opnieuw op bij een tweede gesprek. Het is dan misschien wel sneller om op een A4-tje van de Huis van je Leven©-methode de woorden op te schrijven. Nadat ik dit gesprek met haar had gehad, bleek dat ze had nagedacht over onderwerpen die ze in de tuin van de toekomst had gezet. Hierdoor ontstond er in het volgende gesprek een opening over het onderwerp: het regelen van vakanties. Haar man deed dit altijd en zij wilde hier eerder nooit over nadenken of praten. Tijdens het volgende gesprek samen met haar partner met NAH kwam dit ter sprake en ontstond er een opening waarop ik kon inhaken. Of dit nou aan de methode ligt weet ik niet, maar dankzij de methode kon ik dit wel bespreekbaar maken.

## **Het einde van het gesprek**

Tijdens de pilot is naar voren gekomen dat het voornamelijk belangrijk is dat een behandelsessie/gesprek goed wordt afgesloten. Omdat gebleken is dat na het gesprek de methode bij veel gesprekspartners blijft doormalen. Het is belangrijk om deze gedachtes in te zetten voor de volgende behandeling. De punten hieronder dragen eraan bij om dit adequaat te kunnen doen.

1. Zorg ervoor dat er na afloop van het gesprek iets wordt achtergelaten bij de gesprekspartner. Dit kan bijvoorbeeld het ingevulde Huis van je Leven© zijn of een foto hiervan.
2. Laat een kopie of foto van de uitleg van de kamers bij de gesprekspartner achter. Uit ervaring blijkt dat Hersenz-professionals na afloop van de behandeling zijn opgebeld, omdat de NAH-cliënt op eigen initiatief verder met het huis waren gegaan. Alleen dan niet meer precies wist wat de definities van de kamers waren.
3. Moedig na afloop van het gesprek de gesprekspartner aan om met naasten over de methode te praten en laat hen de gedachtes opschrijven. Op deze wijze kan er in een volgende sessie ingegaan worden op deze gedachtes zodat de methode in een breder perspectief kan worden geplaatst.

## **Voorbeeld van een toepassing:**

### ***Het verschil in cliënten binnen een groepsbenadering***

Ik heb de methode tot nu toe drie keer toegepast in een nieuw samengestelde groep van 6 à 7 NAH-cliënten. De groepsbehandeling wordt gegeven binnen het thema plannen & organiseren. Bij de eerste bijeenkomst kenden een aantal NAH-cliënten elkaar nog niet, dus heb ik de methode gebruikt als een soort kennismakingsmethode. Eerst heb ik alle kamers langsgelopen, een gekopieerd A4-tje met uitleg uitgedeeld en de methode uitgelegd. Van tevoren had ik de poster van het Huis van je Leven© besteld en in alle rust de kamers langsgelopen. Nadat ik de uitleg gegeven had liet ik elke cliënt stilstaan bij: in welke kamer hij of zij de laatste tijd bezig is geweest. Vervolgens konden zij dat opschrijven op een gekopieerd A4-tje van het Huis van je Leven©. Ik merkte dat een aantal cliënten de methode wel begreep, maar er was er ook een aantal dat de metafoor niet snapte. Eén cliënt zag bijvoorbeeld bij de vrijetijdskamer echt haar hobbykamer voor zich. Zij dacht dus echt in termen. Ook was er een cliënt die moeite had met het woordgebruik, ik kan mij alleen niet meer herinneren welke woorden dit waren. Ik heb de methode met een blanco gedachte toegepast. Met deze gedachte bedoel ik: kijken of het inzetbaar/helpend is binnen de groepsbehandeling. In de tweede bijeenkomst, de week erop, heb ik de methode opnieuw toegepast. Iedereen had de introductie met de methode gehad en sommigen hadden er in de thuisbehandeling ook al mee gewerkt. Ik heb opnieuw een rondleiding door het huis gegeven en specifieke vragen gesteld aan de cliënten over het plannen & organiseren. Om een aantal voorbeelden te geven: in welke kamer kom je plannen en/of organiseren tegen? Wat vind jij belangrijk in deze kamer? Wat gaat hierin goed en wat kan er beter ten aanzien van plannen en/of organiseren? Nadat de NAH-cliënten het huis met deze vragen had ingevuld, kon het ingevulde huis gebruikt worden

**NAH-cliënt: “Een huis is logisch. Past bij de levensdomeinen die we eerder hebben besproken.”**

voor doelgesprekken met de thuisbehandelaar. Wat ik merkte is dat de cliënten het lastig vonden om de koppeling te maken met het onderwerp ‘Plannen & organiseren’. Al met al was de opdracht wel redelijk helder in het kader van het formuleren van doelen. In de vijfde bijeenkomst heb ik het Huis van je Leven© toch weer even opgehangen, nadat de doelen geformuleerd waren en de koppeling gemaakt met de voor hun bekende levensgebieden. Hierdoor probeer te bewerkstelligen ik dat de cliënten in de kamers van het Huis van je Leven© gaan denken en het echt als ondersteunend middel gebruikt gaat worden. Wat ik in de bijeenkomsten merkte is dat het redelijk wat tijd kost om de methode uit te leggen. Je hebt met verschillende cliënten te maken en niet iedereen pakt het op zoals ik het bedoelde. Individueel kun je dat prima op maat aanbieden, maar in de groep is dat lastiger. Wat ik ook merkte is dat het prettig is om ondersteuning te hebben van een tweede behandelaar omdat het veel aandacht vergt om de cliënten te helpen. De NAH-cliënten die de methode al thuis hadden gedaan, herkenden de methode en dat pakte tijdens de groepsbehandeling positief uit. Een tip is dat de cliënten vooraf de groepsbehandeling aanvangt kennis hebben genomen van de methode in de thuisbehandeling. Nu waren er cliënten die alleen tijdens de groepsbehandeling uitleg hadden gekregen en achteraf tijdens de thuisbehandeling bleek dat de cliënt de methode nog helemaal niet begreep. Pas na een individuele uitleg tijdens de thuisbehandeling begrepen zij de methode wel. Persoonlijk zou ik voor de groepsbehandeling wel nog wat extra scholing willen krijgen, zodat ik meer achtergrondinformatie krijg van mensen die het al vaker hebben toegepast in een groep.

**Deze bundel is samengesteld om u kennis te laten maken met de Huis van je Leven©-methode, toegepast tijdens een pilot binnen Hersenz. In het boekje kunt u verschillende ervaringen van zeven Hersenz-professionals lezen. Dit kunt u gebruiken als achtergrondinformatie bij het toepassen van de methode binnen uw eigen behandeltraject met NAH-cliënten en naasten. Tevens geeft het boekje voor de bedenkers van de methode inzicht in hoe de methode binnen Hersenz toegepast is.**

## **Literatuur:**

* Hersenz. (z.d.). *Logo* [Foto]. Geraadpleegd op 1 mei 2017, van <http://www.hersenz.nl/>
* Heliomare. (z.d.). *Hersenz (behandeling bij niet-aangeboren hersenletsel)* [Foto]. Geraadpleegd op 1 mei 2017, van <https://www.heliomare.nl/hoe-kunnen-we-u-helpen/dagbesteding/diensten/hersenz-behandeling-bij-niet-aangeboren-hersenletsel/>
* Huis van je Leven©. (z.d.). *De methode in een handzame koffer.* Geraadpleegd 9 februari 2017, van <https://www.huisvanjeleven.nl/de-methode/>
* Huis van je Leven©. (z.d.).*Gespreksmethodiek.* Geraadpleegd 9 februari 2017, van <https://www.huisvanjeleven.nl>
* Huis van je Leven. (z.d.) *Logo* [Foto] . Geraadpleegd op 1 mei 2017, van <https://www.huisvanjeleven.nl/de-methode/>
* Huis van je Leven. (z.d.) *Uitdeelkaarten* [Foto]. Geraadpleegd op 14 mei 2017, van <https://www.huisvanjeleven.nl/webshop/#cc-m-product-10925376521>
* Schoen, I. & Pagée, M. (z,d.). *Handleiding Huis van je Leven© methode.* ISVB trainingen & projecten. Woerden: Auteur.
* Schoen, I. & Pagée, M. (2017). *Interview ontwikkelaars Huis van je Leven© methodiek.* Woerden.