



MIJN LEVEN... MIJN TOEKOMST...
...MIJN PAD!

HANDLEIDING VOOR PROFESSIONALS

COLOFON

Mijn Pad is gemaakt door **Inge Bramsen, Kees Willemse, Chris Kuiper & Mieke Cardol** (2015), Lectoraat 'Disability Studies; Diversiteit in Participatie', Kenniscentrum Zorginnovatie van Hogeschool Rotterdam, met medewerking van jongeren en professionals van Horizon Jeugdzorg & Onderwijs en Cardea. De ontwikkeling van **Mijn Pad** is mogelijk gemaakt door financiële steun van de Provincie Zuid-Holland.

© **Inge Bramsen, Kees Willemse, Chris Kuiper & Mieke Cardol**, Kenniscentrum Zorginnovatie van Hogeschool Rotterdam, 2015.

Ontwerp Logo & Opmaak: Diego Maggi - www.diegomaggi.nl

Voor meer informatie: www.hr.nl/mijnpad

Er is ook een website waar je Mijn Pad in kunt vullen, kijk op: mijnpad.hr.nl



Kenniscentrum
Zorginnovatie



INHOUD

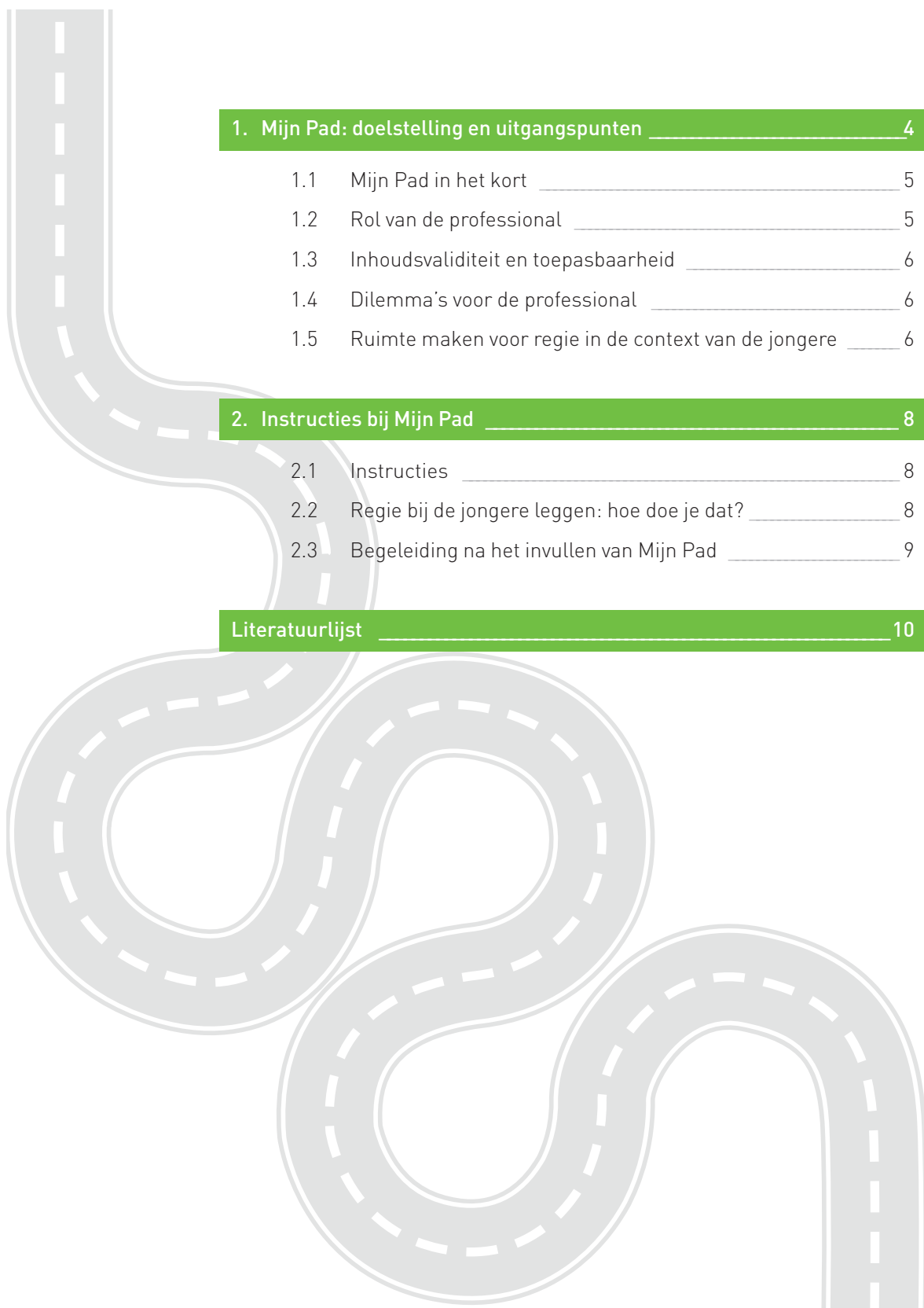
1. Mijn Pad: doelstelling en uitgangspunten _____ 4

- 1.1 Mijn Pad in het kort _____ 5
- 1.2 Rol van de professional _____ 5
- 1.3 Inhoudsvaliditeit en toepasbaarheid _____ 6
- 1.4 Dilemma's voor de professional _____ 6
- 1.5 Ruimte maken voor regie in de context van de jongere _____ 6

2. Instructies bij Mijn Pad _____ 8

- 2.1 Instructies _____ 8
- 2.2 Regie bij de jongere leggen: hoe doe je dat? _____ 8
- 2.3 Begeleiding na het invullen van Mijn Pad _____ 9

Literatuurlijst _____ 10





1. MIJN PAD: DOELSTELLING EN UITGANGSPUNTEN

Mijn Pad is een vragenboekje dat jongeren ondersteunt bij het maken van keuzes ten aanzien van hun leven en toekomst en hun helpt om stap-voor-stap hun eigen pad te vinden en te volgen. Mijn Pad kan dus een padvinder of routeplanner genoemd worden, waarbij de jongere zelf de koers bepaalt. Met Mijn Pad kan de jongere, samen met belangrijke andere mensen in zijn of haar omgeving, sturing geven aan zijn of haar¹ ontwikkeling naar zelfstandigheid, volwassenheid, en het vinden van een plekje in de maatschappij. Er is een interactieve Mijn Pad App en een pen-en-papier versie van Mijn Pad, het Mijn Pad werkboek. Het instrument kan eenmalig of herhaaldelijk worden ingevuld. Bijvoorbeeld als er iets verandert en de jongere zijn of haar doelen wil bijstellen.

Anita, 15 jaar, wordt opgenomen in een Jeugdzorg^{Plus} instelling. Zij is erg opstandig, spijbelt en loopt weg. Is moeilijk bereikbaar voor hulp. Haar moeder maakt zich vreselijk veel zorgen. Het vermoeden bestaat dat zij in handen is gevallen van een 'loverboy'. De medewerkers krijgen moeilijk contact met haar. Ze wil niets, is zeer gesloten en er is moeilijk contact met haar te krijgen. Tijdens een eerste kennismakingsgesprek, waar zij wordt gevraagd haar levensverhaal te vertellen, vertelt zij maar heel weinig. Bij het tweede gesprek vult zij Mijn Pad in en dit gaat verrassend snel. Zij kiest vier onderwerpen uit, en hieruit blijkt ook de richting waarin de eerste stappen gezet moeten worden in de hulp aan haar: zij wil graag beter contact met haar moeder, meer praten en minder ruzie. Daarnaast wil zij oefenen met koken, en activiteiten verzinnen voor haar vrije tijd. Ook blijkt haar eigen kamer thuis voor haar een fijne plek te zijn.

Het uitgangspunt van Mijn Pad is dat het streven in de opvoeding en begeleiding van jongeren op hun weg naar volwassenheid en maatschappelijke participatie is, dat zij leren om keuzes te maken die van binnenuit ondersteund worden en die geïntegreerd zijn met eigen waarden en opvattingen (Bramsen, Willemse, Kuiper & Cardol, 2015). Dit betekent dat jongeren leren te participeren op een manier die past bij hun wensen, mogelijkheden en behoeften. Om dit te bereiken is het nodig dat zij ruimte ervaren om na te denken over wat zij willen, en op basis daarvan te komen tot keuzes. Daarbij kunnen zij in gesprek gaan met belangrijke mensen in hun omgeving die hun steunen bij het vinden en volgen van hun eigen pad: in de jeugdhulp kan dit een mentor of netwerkcoach zijn, op school een leerkracht en thuis kunnen dit ouders, andere familieleden of vrienden zijn.

Tijdens de ontwikkeling van Mijn Pad zijn de volgende ontwerpeisen geformuleerd:

- (1) Het instrument biedt ruimte aan elke jongere om op elk moment in het traject de eigen aandachtsgebieden aan te geven. Dit betekent ook dat er recht wordt gedaan aan jongeren die zich kort kunnen concentreren, en aan jongeren die moeilijk(er) vertellen over wat hun bezig houdt.
- (2) Het instrument biedt gelegenheid voor exploratie en doet hiermee recht aan de ontwikkelingsfase, de puberteit, waarin jongeren nog een mening moeten ontwikkelen over veel zaken die hunzelf betreffen
- (3) Het instrument is toegankelijk en ook echt van de jongere. Het is zo gemaakt dat zij het zelf kunnen vinden, bewaren en invullen, met wie en zoals zij dat willen.

¹ Waar hij of hem staat geschreven kan steeds ook zij of haar worden gelezen.



- (4) Het instrument waardeert de kleine stapjes die nodig zijn in de persoonlijke ontwikkeling naar zelfstandigheid en volwassenheid.
- (5) Het instrument bevordert de vertrouwensrelatie tussen jongere en belangrijke andere mensen in zijn omgeving, bijvoorbeeld professionals of familieleden.
- (6) Het instrument is toepasbaar door professionals in de trajectbegeleiding in de residentiele jeugdzorg, en bevordert de dialoog en samenwerking tussen jongere en professional.
- (7) Het instrument is geschikt om de effectiviteit van de trajectbegeleiding op groepsniveau in kaart te brengen: dat wil zeggen dat het veranderingen in autonomie en participatie betrouwbaar en valide kan meten.

1.1 - MIJN PAD IN HET KORT

Mijn Pad begint met de uitleg 'Mijn Pad is van jou' en gaat over 'jouw leven en toekomst'. De jongere heeft de leiding en kiest zelf de onderwerpen uit waarover hij of zij vragen wil beantwoorden. Zij kunnen daarbij kiezen uit twaalf tegeltjes met onderwerpen, en bepalen zelf hoeveel onderwerpen zij willen bespreken.

Voor elk gekozen onderwerp beantwoorden zij een aantal vragen. Om ruimte te bieden aan elke jongere om op elk moment de eigen punten van aandacht te benoemen en om ruimte voor diversiteit en exploratie te creëren zijn er veel open vragen. Na de ruimte voor exploratie volgen er steeds twee VAS schalen (VAS = Visual Analogh Scale) waarop jongeren kunnen aangeven hoe tevreden zij zijn en hoe tevreden zij willen zijn. Daarna volgen vragen over gewenste veranderingen en wat hierbij de eerstvolgende stap is.

Als de vragen bij de onderwerpen van keuze zijn beantwoord, worden de scores bepaald en in een overzicht geplaatst. Bij de Mijn Pad App gaat dit automatisch, bij de pen-en-papier versie worden de scores opgemeten met een liniaal die achterin het boekje is te vinden. Daarna kan de jongere zelf bepalen met welk onderwerp hij als eerste aan de slag wil, en wat daarna. Zo maakt hij een stappenplan. Daarna kan hij daarbij ook een actieplan maken. Op deze manier doet het instrument recht aan de kleine stapjes.

1.2 - ROL VAN DE PROFESSIONAL

Hoe kan de professional Mijn Pad inzetten zodat het instrument bijdraagt aan een goede vertrouwensrelatie? En hoe zorgt de professional ervoor dat het stuur zoveel mogelijk in handen komt en blijft van de jongere? De professional creëert ruimte voor het ontstaan van vertrouwen en van eigen regie door een non-directieve en niet-veroordelende houding aan te nemen. De professional nodigt de jongere uit om zelf tot keuzes en antwoorden te komen en zelf te sturen. Daarbij respecteert hij de grenzen van de jongere: deze behoudt de regie over wat hij wel en niet wil vertellen. De verwachting is dat wanneer de jongere positieve ervaringen op gaat doen met het geven van vertrouwen en het nemen van eigen regie, de mate waarin hij vertrouwen zal beantwoorden en eigen regie zal gaan voeren zal toenemen. Zie voor meer details de instructie (p. 7-8).

Kortom: Mijn Pad is te beschouwen als een persoonlijke routeplanner voor jongeren. De professional neemt het stuur niet uit handen, maar volgt, ondersteunt en begeleidt de jongere terwijl deze zijn eigen weg zoekt. Je zou kunnen zeggen dat hij in een denkbeeldige auto naast de jongere zit en zelf het stuur dus niet in handen heeft.



1.3 - INHOUDSVALIDITEIT EN TOEPASBAARHEID

Bij het uittesten van Mijn Pad waren de eerste resultaten met betrekking tot de face-validiteit en inhoudsvaliditeit positief (Bramsen, Willemse, Kuiper & Cardol, 2015). Jongeren die zelfstandig wonen waren enthousiast, omdat Mijn Pad helpt om overzicht te krijgen en prioriteiten te stellen. Het relateert en biedt houvast. Ook werd het fijn gevonden dat Mijn Pad laat zien dat hun problemen eigenlijk gewone problemen zijn die iedereen kan hebben. Voor jongeren die moeilijk te bereiken zijn leek Mijn Pad aantrekkelijk te zijn en een opening voor gesprek te bieden. Bij de betrokken instellingen was draagvlak aanwezig voor het toepassen van Mijn Pad in de trajectbegeleiding. Men vond dat Mijn Pad de werkwijze om de jongere regisseur en eigenaar van het eigen traject te maken op een methodische wijze ondersteunt.

Het uittesten in de praktijk liet zien dat jongeren de keuzemogelijkheden gebruiken en waarderen. Zij vinden Mijn Pad behulpzaam en duidelijk en maken keuzes die volgens de professionals aansluiten bij waar zij op dat moment mee bezig zijn. Ook de scoremethode en het maken van een stappenplan en actieplan lijkt goed te werken. Met de toepasbaarheid worden wisselende ervaringen opgedaan. Het vinden van een geschikt moment om Mijn Pad te bespreken en het winnen van vertrouwen vergen geduld en vaardigheid om het vertrouwen te winnen en de regie daadwerkelijk bij de jongere te leggen en erop te vertrouwen dat de jongere zelf hiermee aan het werk kan. In een gesloten setting bleek dit laatste moeilijker te bereiken.

1.4 - DILEMMA'S VOOR DE PROFESSIONAL

Wanneer je als professional de regie bij de jongere wilt leggen, kunnen zich ook dilemma's voordoen. Zal de jongere wel de juiste keuzes maken, als deze zelf de regie heeft? Wat te doen als een jongere onder invloed is en zo Mijn Pad *wil* invullen? Geeft Mijn Pad dan wel een betrouwbare en nuttige uitkomst? En wat is een goede balans tussen sturen en de regie bij de jongere laten liggen? Ook is een vraag of het invullen van Mijn Pad een goede invulling is van de tijd van de professional: deze stelde zich soms de vraag of deze informatie wel nieuw en nuttig is voor de professional zelf?

In antwoord op deze vragen kan gesteld worden dat het bij Mijn Pad niet alleen gaat om de vraag of de verkregen informatie nuttig is voor de professional of dat deze de informatie al heeft.

De meerwaarde van Mijn Pad is ook dat de jongere zelf onder woorden brengt welke afwegingen en keuzes hij wil maken, en zodoende zelf beschikking krijgt over of op zoek gaat naar de noodzakelijke kennis en eventueel ook hulp om dat te kunnen doen.

Het kan zijn dat de professional de informatie al heeft of denkt al te hebben, maar dat de jongere het niet eens is met de professional of nog niet zo ver is. Of ergens anders uitkomt, zodra hij zijn eigen pad begint te volgen. Steeds moet de professional zichzelf de kritische vraag stellen of de regie ook echt bij de jongere ligt, of en hoe het stuur nog meer in handen van de jongere zou kunnen komen, en of er ruimte is om zelf een stapje terug te doen. Ook kan het invullen van Mijn Pad leiden tot bijstelling van de doelen van de jongere in het begeleidings- of hulpverleningsplan.

1.5 - RUIMTE MAKEN VOOR REGIE IN DE CONTEXT VAN DE JONGERE

Mijn Pad lijkt een geschikte methodiek voor jongeren om stapsgewijs vanuit hun situatie in het hier-en-nu te werken aan de ontwikkeling van autonomie en participatie, en van daaruit de dialoog met de mensen om hun heen aan te gaan. Omgekeerd kunnen professionals Mijn Pad aanbieden aan



jongeren om eigenaarschap en eigen regie bij de jongere te leggen. Het is een uitdaging voor professionals en voor de organisatie daar omheen om daarbij de voorwaarden te scheppen en te bewaken die ruimte maken voor eigen regie en eigenaarschap. Deze voorwaarden zijn noodzakelijk zodat de jongere keuzes die hij maakt ook ervaart en beschouwt als eigen keuzes. Ook is een context nodig waarin het eigenaarschap van Mijn Pad ook daadwerkelijk bij de jongere ligt.



2. INSTRUCTIES BIJ MIJN PAD

2.1 - INSTRUCTIES

Als de professional Mijn Pad aanbiedt aan de jongere, gaat dat als volgt

1. *Uitleg geven die eigenaarschap van de jongere benadrukt.* Zie het voorblad van het Mijn Pad werkboek of de Homepage van de Mijn Pad App (mijnpad.hr.nl).
2. Een uitleg die wij er vaak aan toevoegen en die jongeren aanspreekt is:

“Veel mensen om jou heen hebben een mening over hoe het met jou gaat en wat jij nodig hebt. Wij willen graag jouw mening weten. Het gaat immers om jouw leven en jouw toekomst.”
3. *Een afspraak maken over hoe en wanneer de jongere Mijn Pad gaat het invullen.* Het is belangrijk dat ook hierbij de jongere *eigenaarschap* ervaart en Mijn Pad gaat doen op een manier die bij hem past. Een belangrijk punt is ook: wie schrijft? De jongere of de professional? Zie ook hierna bij regie bij de jongere.
4. Het invullen van Mijn Pad:
 - a. De jongere kiest welke onderwerpen hij wil bespreken en ook het aantal. Het is daarbij *niet* zo hoe meer hoe beter, wat de jongere kiest is goed.
 - b. Bij elk gekozen onderwerp beantwoordt de jongere de bijbehorende vragen. De professional volgt de jongere en geeft aanmoediging en bevestiging om die antwoorden te geven die zijn eigen mening weergeven.
 - c. Als de vragen bij de gekozen onderwerpen allemaal zijn beantwoord: ga naar de resultatenpagina, en doorloop de stappen. In de App gaat dit vanzelf, in de pen- en papier versie wordt dit op p. 38 beschreven. De scores worden bepaald en komen in het schema op p. 39.
 - d. Daarna maakt de jongere een *stappenplan*. Hij kiest zelf wat de eerste stap is en wat daarna komt. *Let op:* de volgorde van de stappen hoeft niet altijd in overeenstemming te zijn met de scores. Het kan zijn dat er zaken zijn waarover de jongere niet tevreden is en die hij graag zou willen veranderen, maar dat hij ervoor kiest om daar op dit moment niets mee te doen. Daar kunnen goede redenen voor zijn. Bijvoorbeeld omdat het niet veranderd kan worden.
 - e. Als het stappenplan klaar is, kan de jongere dit concreet maken door ook een actieplan te maken.
5. Het plan uitvoeren: het stappenplan en actieplan zijn ook echt van de jongere. Dit betekent ook *dat hij zelf de leiding blijft houden over de uitvoering ervan*. Tijdens de uitvoering kan hij besluiten om het plan aan te passen. Hij kan ook andere mensen inschakelen die hem kunnen ondersteunen.
6. Als de jongere dat wil kan hij bijhouden in de stappenteller (p. 40, of te downloaden in de App) welke stappen hij gezet heeft, wat goed ging en wat anders of beter kan. Na verloop van tijd kan hij Mijn Pad opnieuw invullen of bijstellen.

2.2 - REGIE BIJ DE JONGERE LEGGEN: HOE DOE JE DAT?

De professional zorgt ervoor dat de regie bij het invullen van Mijn Pad zoveel mogelijk bij de jongere ligt. Het gaat erom dat de jongere de vrijheid ervaart om zelf te kiezen en zelf initiatieven te gaan nemen.



Keuzemomenten bij het aanbieden van Mijn Pad.

Het geven van regie begint al bij het aanbieden van Mijn Pad. Ga na hoe en wanneer de jongere Mijn Pad wil invullen. Geef ruimte aan de jongere om te kiezen hoe, wanneer en met wie hij Mijn Pad invult, zodat het stuur echt bij de jongere blijft liggen. Dit kan bijvoorbeeld inhouden dat de jongere:

- kiest of hij Mijn Pad alleen of samen met een hulpverlener, zijn ouder(s) of nog iemand anders invult.
- kiest met welke hulpverlener hij Mijn Pad invult.
- het moment kiest waarop hij Mijn Pad wil invullen.
- beslist hoe Mijn Pad wordt bewaard en wie wel en niet inzage hebben. Het is mogelijk dat bijvoorbeeld alleen het scoreoverzicht in het dossier komt en dat de antwoorden zelf vertrouwelijk zijn.

De houding van de professional is non-directief, stimulerend en niet-veroordelend.

Door vragen te stellen en positief te bekrachtigen wat de jongere zelf inbrengt en vertelt, helpt de professional de jongere om zelf tot antwoorden te komen. Mijn Pad geeft door de open vragen veel ruimte voor het inbrengen van die zaken waar de jongere op dat moment zelf mee bezig is. De hulpverlener volgt de jongere in het gesprek en ondersteunt hem of haar bij het verwoorden van datgene wat hij of zij wil vertellen. De hulpverlener waakt ervoor om zelf het stuur over te nemen. Exploreren en vragen om verduidelijking mag wel, sturen niet.

In het begin kan dit lastig lijken of voelen, bijvoorbeeld als de jongere weinig antwoorden geeft. Dit kan betekenen dat er dan nog weinig (zelf)vertrouwen is, of dat de jongere nog geen eigen mening heeft ontwikkeld of onvoldoende ruimte ervaart voor het nemen van regie. *Wij verwachten dat de eigen regie gaat toenemen als de ruimte die de jongere wel neemt, hoe klein ook, als 'eigen' gaat voelen.* Dit zal dan blijken bij een volgende invulling van Mijn Pad.

2.3 - BEGELEIDING NA HET INVULLEN VAN MIJN PAD

Begeleiding bieden

Jongeren hebben aangegeven dat het prettig is dat zij Mijn Pad zelf kunnen invullen of met iemand die zij zelf uitkiezen. Mijn Pad helpt hun om overzicht te krijgen en om eigen doelen te stellen. Ze hebben ook aangegeven dat het prettig is om begeleiding te ontvangen bij het proces dat daarop volgt. Dat de professional bijvoorbeeld belangstellend informeert hoe het nu gaat met Mijn Pad. Ook dan is het belangrijk dat de professional een volgende houding aan blijft nemen en de regie zoveel als mogelijk is bij de jongere legt. Ook vinden jongeren het prettig als zij hun doelen kunnen aanpassen en bijstellen al naar gelang hun behoefte.

Jongeren stimuleren in gesprek te gaan over hun doelen met belangrijke mensen in hun netwerk

Een volgende stap in de begeleiding kan zijn om de jongere te stimuleren in gesprek te gaan over de eigen doelen en het stappen- en actieplan met belangrijke mensen in hun omgeving die hun kunnen helpen en ondersteunen om hun doelen te bereiken.

Stappenteller

Bij Mijn Pad hoort ook een zogenaamde Stappenteller. Deze is opgenomen achter in het Mijn Pad werkboek en is ook te downloaden op de Homepage van de Mijn Pad App (mijnpad.hr.nl). Op dit formulier kan de jongere per week invullen welke stappen hij gezet heeft, wat er goed is gegaan en wat er beter kan.



LITERATUURLIJST

- Bramsen I., Willemse, C.P., Kuiper, C. H. Z. & Cardol, M. (2015). Mijn pad, mijn leven, mijn toekomst: Een routeplanner voor jongeren in de jeugdzorg. Rotterdam: Kenniscentrum Zorginnovatie van Hogeschool Rotterdam & Horizon Jeugdzorg en Onderwijs. Te downloaden van: www.hr.nl/mijnpad.

Ga voor de Mijn Pad App naar mijnpad.hr.nl.