

## Tips



- zorg voor een rustige ruimte en weinig prikkels
- maak het doel van het gesprek duidelijk: wat gaan jullie bespreken en hoe lang duurt het?
- houd het aantal onderwerpen beperkt
- houd informatie kort
- stel één vraag tegelijk en geef ruimte om te antwoorden
- vermijd moeilijke woorden, beeldspraak en grapjes (worden vaak niet begrepen)
- vraag de informatie of afspraak in eigen woorden te herhalen; is het echt begrepen?
- zet afspraken op papier
- wees duidelijk en concreet, blijf rustig
- Kom je afspraken na: zeg geen dingen toe die je niet waar kunt maken

en bovenal:

**NEEM DE TIJD!**

*"Ik kon wel gefrustreerd raken van 'rare' mensen, nu ben ik er trots op als ik ze verder kan helpen!"*

*"Je kan mensen toch niet aan hun lot overlaten?"*

### Expertisenetwerken Amsterdam

De expertisenetwerken zijn op werkdagen bereikbaar voor vragen.

#### (Licht) verstandelijke beperking (LVB)

[info@lvbinamsterdam.nl](mailto:info@lvbinamsterdam.nl)

[www.lvbinamsterdam.nl](http://www.lvbinamsterdam.nl)

tel.: 06-580 84 206

#### Niet - aangeboren hersenletsel (NAH)

[informatie@nahamsterdam.nl](mailto:informatie@nahamsterdam.nl)

[www.nahamsterdam.nl](http://www.nahamsterdam.nl)

tel.: 06-580 84 205

#### Autisme

[c.kuijper@sigra.nl](mailto:c.kuijper@sigra.nl)

[www.convenantautisme.info/amsterdam/](http://www.convenantautisme.info/amsterdam/)

tel.: 06-580 84 206

Deze folder is een initiatief van de gemeente Amsterdam in samenwerking met SIGRA.



Je ziet het niet...

...maar het is er wel:

# een niet-zichtbare beperking



Hoe (h)erken je mensen met bijvoorbeeld een

- licht verstandelijke beperking
- niet-aangeboren hersenletsel
- vorm van autisme?

Voor medewerkers in het maatschappelijk voorveld en de informele zorg

# Een niet-zichtbare beperking:

hoe herkent u dit en hoe kunt u hier rekening mee houden?



**In uw werk heeft u contact met veel verschillende mensen. De ene keer gaat dat soepeler dan de andere keer. Soms heeft u het gevoel dat er 'iets' is. Het gesprek verloopt stroef, de ander reageert vreemd of lijkt u niet te begrijpen. Heel vervelend. Voor u, maar ook voor degene met wie u in gesprek bent. Hoe komen jullie tóch verder?**

**Deze folder helpt u om mensen met een niet-zichtbare beperking**  
- te herkennen: wat zijn de signalen?  
- te erkennen: tips om het gesprek naar wens te laten verlopen.

## Er is iets...

Als mensen bijvoorbeeld

- onverwacht boos worden
- te meegaand zijn
- afspraken niet noteren of nakomen
- erg breedspakig zijn
- niet echt contact met u maken dan kan het zijn dat zij een niet-zichtbare beperking hebben.

Mensen met een licht verstandelijke beperking, niet-aangeboren hersenletsel of een vorm van autisme lopen daar niet graag mee te koop. Toegeven dat je iets niet kan of begrijpt is voor iedereen lastig. Liever zeggen mensen 'ja', terwijl zij het eigenlijk niet goed begrijpen.



## Omgang aanpassen

Er is geen blauwdruk voor de juiste omgang. Belangrijk is: neem de tijd, luister oprecht en wees niet bang voor stiltes. Iemand met een niet-zichtbare beperking heeft soms meer tijd nodig om informatie te verwerken. Of om de juiste woorden te vinden.

Ga samen op zoek naar wat helpt. Wees praktisch en creatief: bij de een helpt een telefoontje om aan een afspraak te herinneren. Bij een ander zet je samen de afspraken op papier. Behandel mensen met een niet-zichtbare beperking als volwassene.

## Investering verdient zich terug

De omgang met mensen met een niet-zichtbare beperking kost meer tijd en inzet. Bedenk dat dit terugverdiend wordt. Doe je deze investering niet, dan

is de kans groot dat het traject stopt, het contact escaleert of dat u met deze persoon niets bereikt.

## Consult

Meestal is het niet belangrijk om precies te weten wat er de hand is. Als u weet dat er iets aan de hand is, kunt u uw gedrag aanpassen zodat u elkaar begrijpt. Maar soms is er meer nodig. Vermoedt u een beperking en heeft u behoefte aan overleg? Binnen de wijk is er veel expertise beschikbaar. U heeft collega's met kennis en ervaring, bijvoorbeeld ambulante begeleiders en praktijkondersteuners. Daarnaast zijn cliëntondersteuners van MEE Amstel en Zaan in elke wijk beschikbaar voor consult.

**FRANKLIN** heeft zijn papieren weer niet meegenomen. Als u hem hierop aanspreekt, wordt hij boos. Hij luistert niet meer naar u en doet agressief. *Franklin heeft een licht verstandelijke beperking. Hij heeft moeite met lezen en het verwerken van informatie. Dat frustriert hem enorm.*

**NIZA** moet haar huis verkopen. Ze kan u precies uitleggen wat er moet gebeuren, maar een half jaar later is er nog niets gebeurd. *Niza heeft een vorm van autisme. Ze weet erg veel, maar het lukt haar niet daar naar te handelen. De informatie moet duidelijk en volledig zijn.*

**JOOP** vertelt tot in detail over het verloop van deze ochtend, zijn vorige baan en de plannen voor komend weekend. Wat wil hij nu eigenlijk zeggen? En zoals hij praat... heeft hij gedronken?

*Joop is hoog opgeleid. Door een hersenbloeding heeft hij hersenletsel opgelopen. Daardoor heeft hij taal- en spraakproblemen. Ook kan hij hoofd- en bijzaken moeilijk van elkaar scheiden. Joop raakt verstrikt in zijn eigen verhaal.*

**SELMA's** kinderen komen vaak te laat op school. Zij krijgen chips mee voor de lunch. School heeft een gesprek met haar gehad, maar dat heeft niets veranderd.

*Heeft Selma een beperking? We weten het niet. Maar maakt dat uit? Duidelijk is dat het haar niet lukt om met goede en gezonde oplossingen te komen.*