

University of Groningen

Weerbaarheidstraining binnen NOVO, een verkenning van motivatie en doelen

Riemersma, N.; Tuinstra, Jolanda

IMPORTANT NOTE: You are advised to consult the publisher's version (publisher's PDF) if you wish to cite from it. Please check the document version below.

Document Version

Publisher's PDF, also known as Version of record

Publication date:

2014

[Link to publication in University of Groningen/UMCG research database](#)

Citation for published version (APA):

Riemersma, N., & Tuinstra, J. (2014). Weerbaarheidstraining binnen NOVO, een verkenning van motivatie en doelen. Groningen: s.n.

Copyright

Other than for strictly personal use, it is not permitted to download or to forward/distribute the text or part of it without the consent of the author(s) and/or copyright holder(s), unless the work is under an open content license (like Creative Commons).

Take-down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

Downloaded from the University of Groningen/UMCG research database (Pure): <http://www.rug.nl/research/portal>. For technical reasons the number of authors shown on this cover page is limited to 10 maximum.

Weerbaarheidstraining voor mensen met een verstandelijke beperking

Motivatie en doelen

Wetenschapswinkel Geneeskunde en Volksgezondheid, UMCG

Nienke Riemersma,
Wetenschapswinkel
Leoni van Schaick,
Sociologie van Gezondheid, Zorg
en Welzijn
Jolanda Tuinstra,
Wetenschapswinkel

Achtergrond van de vragen van NOVO

Uit de praktijk en de literatuur komt naar voren dat mensen met een verstandelijke beperking minder weerbaar zijn dan leeftijdsgenoten zonder een verstandelijke beperking. Ook is bekend dat weerbaarheids-trainingen effectief kunnen zijn om de kwetsbaarheid te verminderen en de weerbaarheid te vergroten. Om deze reden organiseert NOVO weerbaarheids-trainingen voor de cliënten. Om de training zo goed mogelijk aan te laten sluiten bij de cliënten heeft NOVO twee onderzoeksvragen gesteld aan de Wetenschapswinkel Geneeskunde en Volksgezondheid.

Vraag 1: Welke factoren beïnvloeden de motivatie om deel te nemen aan de weerbaarheidstraining?

Leoni van Schaik onderzocht deze vraag met behulp van de Theorie van Gepland Gedrag (TGG). Daaruit bleek dat de attitude van de cliënt de belangrijkste factor is die de motivatie beïnvloedt om de weerbaarheidstraining te volgen. Aanbevolen wordt om tijdens het intakegesprek van de weerbaarheids-training consequent in te gaan op de attitude van de cliënt en daarover te rapporteren in het cliëntdossier.

Vraag 2: Welke doelen hebben cliënten voor ogen met de weerbaarheidstraining en worden die gerealiseerd?

Voorafgaand aan de weerbaarheidstraining worden doelen opgesteld, die de cliënt wil behalen. Deze doelen zijn opgedeeld in 'zoals bekend in de literatuur' en aangevuld met doelen 'zoals geformuleerd in de cliënt-dossiers' (zie tabel). Het huidige, lopende onderzoek gaat na of cliënten de vooropgestelde doelen realiseren met de training. Daarnaast wordt onderzocht of er samenhang bestaat tussen de motivatie van de cliënt en het realiseren van de doelen.



Tabel 1: Overzicht doelen vanuit de literatuur en het dossieronderzoek, met de top 5 voorkomende doelen dikgedrukt

Literatuur: Na het volgen van de weerbaarheidstraining...

1. kan ik beter grenzen onderscheiden
- 2. kan/durf ik beter grenzen aan (te) geven**
- 3. kan/durf ik beter dingen (te) weigeren**
4. kan/durf ik beter hulp in (te) roepen
5. kan/durf ik beter problemen op (te) lossen
6. kan/durf ik beter mijzelf (te) verdedigen (fysiek)
7. kan ik beter mijzelf beheersen
8. Kan ik mij beter ontspannen
- 9. Heb ik meer zelfvertrouwen**
10. Kan ik de geleerde vaardigheden in praktijk brengen
11. Kan ik mij weren in intimiderende situaties

Cliëntdossiers: Na het volgen van de weerbaarheidstraining....

12. kan/durf ik beter mijn mening (te) geven
- 13. kan ik beter omgaan met sociale situaties**
14. kan ik beter emoties onder woorden brengen
15. heb ik een stevigere houding en ademhaling
16. kan ik beter grenzen van anderen aanvoelen
- 17. kan/durf ik beter voor mijzelf op (te) komen**
18. heb ik mijn eigen identiteit versterkt
19. Overig

Gegevensverzameling

1. Dossieronderzoek
2. Vragenlijst voor gedragswetenschappers.
 - Van 48 cliënten gegevens beschikbaar:
 - 12 mannen en 36 vrouwen.
 - Gem. leeftijd: 30,7 jaar (range 19-59).
 - Meer dan de helft van de cliënten heeft een licht verstandelijke beperking.