

TOPSIDE

TOPSIDE staat in het Engels voor 'Training Opportunities for Peer Supporters with Intellectual Disabilities in Europe'



Materialen voor peers



Auteurs: TOPSIDE partners

- Hugh Savage, ENABLE, Schotland
- Petra Nováková, Inclusion Czech Republic, Tsjechië
- Juultje Holla, Perspectief, Nederland
- Alina Sima & Cristina Burlacu, Pentru Voi, Roemenië
- Ivana Vilademunt & Anna Gutierrez Roca, Sant Tomas, Spanje
- Taija Humisto, KVTL, Finland
- Camille Latimier & Luca Magri, Inclusion Europe

©Inclusion Europe, Brussel, oktober 2013

Dit project werd gefinancierd met de steun van de Europese Commissie.
De verantwoordelijkheid voor deze publicatie ligt uitsluitend bij de auteur; de Commissie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor het gebruik van de informatie die erin is vervat.

Introductie

We besloten dat het belangrijk was dat mensen erkenning kregen voor alle vaardigheden die ze binnen de training en als peer supporter leren. Zo kunnen ze ook beter onthouden wat ze gedaan hebben. Ook wilden we dat zij hun prestaties aan anderen kunnen laten zien. Elk van de project landen heeft dit op een eigen manier gedaan. In dit document willen we een aantal voorbeelden geven om je te inspireren. Je kan hier verschillende manieren vinden om een portfolio te creëren. Zo kun je er een uitzoeken die past bij de situatie in je eigen land en de mensen met wie je aan de slag gaat. In het portfolio kun je ook posters die je gebruikt opnemen, verhalen van andere mensen die als voorbeeld dienden, of andere zaken die de persoon kunnen helpen in zijn/haar rol als peer supporter. Je kan op de volgende pagina's beschrijvingen en foto's van onze portfolio's vinden.

VOORBEELD 1: Finland

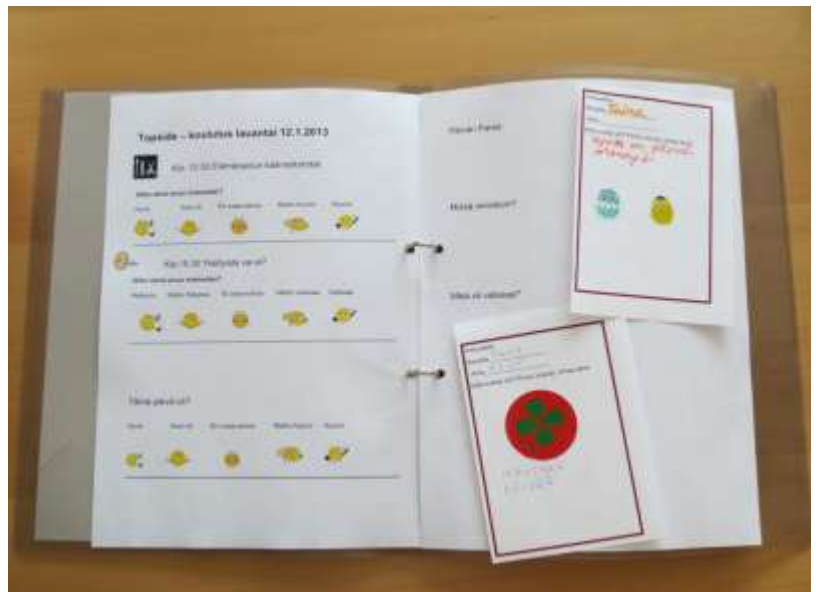
TRAININGSDAGBOEK

In Finland gebruikten we een trainingsdagboek voor de peer supporters in de training. Het trainingsdagboek is iets wat de deelnemers mee naar huis kunnen nemen om hen er aan te herinneren wat ze gedaan hebben. Het helpt hen ook anderen te vertellen wat we gedaan hebben. In het boek hielden we vaardigheden bij van elke deelnemer. De trainer kon feedback geven op alles wat de deelnemer geleerd had. Dagboeken maken het mogelijk voor de deelnemers om elke dag en de verschillende oefeningen in de training te evalueren. Alle materialen die we tijdens de training gemaakt hebben zijn opgenomen in het dagboek.



In het trainingsdagboek zat ook het programma van elke bijeenkomst en een tabel met foto's om elk deel van de dag mee te evalueren. De deelnemers werd ook gevraagd om elke dag een cijfer te geven, om aan te geven welk onderwerp ze die dag het leukst of het meest interessant vonden, en om aan te geven waarbij ze het gevoel hadden dat ze het heel goed hadden gedaan, en wat het moeilijkst was.

De feedback van de deelnemer over elke vaardigheid werd door de trainer opgeschreven op kleur-gecoördineerde vellen in het dagboek. Een vel met feedback over een vaardigheid per dag. De deelnemers gaven elkaar ook feedback. Deze feedback werd op papiertjes opgeschreven en in de dagboeken geplakt.



Voor en nadelen van deze methode.

Voordelen:

Een van de voordelen van het trainingsdagboek is dat het een goede oefening is aan het eind van elke dag om de dag nog eens door te nemen, wat was goed, wat was moeilijk. Het programma met foto's en de evaluatie van de deelnemers zelf werkt ook thuis als ze iemand anders willen vertellen over wat zij in de training gedaan hebben.

Het dagboek werkte ook als een manier om feedback te krijgen van de deelnemers. Alle gevoelens en evaluaties worden op de dag zelf nog besproken. Zo weet je als trainer ook meteen welke stukken van de dag voor de deelnemers het best werkte.

Je geeft en krijgt hiermee dus feedback van alle deelnemers.

Nadelen:

Het trainingsdagboek werkt niet zo goed als portfolio waarin vooruitgang van verschillende vaardigheden duidelijk wordt. Hoewel de deelnemers deze manier van feedback geven en krijgen fijn vonden, was het niet zo gemakkelijk te volgen voor de deelnemers zelf, noch voor buitenstaanders. De vooruitgang die elke deelnemer maakte was niet duidelijk, omdat de feedback elke dag op een ander blaadje werd geschreven.

Ideeën voor verbetering:

Het zou makkelijker zijn om de vooruitgang van de deelnemers te volgen als het materiaal secties had gehad per vaardigheid in plaats van per bijeenkomst. Op die manier zou de feedback per vaardigheid over de hele training op een plek staan en de vooruitgang zou dan beter te zien zijn. Het dagboek als een manier om elke dag stil te staan bij wat we gedaan hadden en om de dag te evalueren blijft nog steeds relevant.

VOORBEELD 2: Spanje

Portfolio

In Spanje hebben ze een portfolio of beoordelingsmethode gemaakt gebaseerd op een persoonlijke map per deelnemer met de intentie dat dit materiaal na de training bij de deelnemer zou blijven. Elke student had ook een poster die in het trainingslokaal aan de muur hing.



Poster in de trainingsruimte

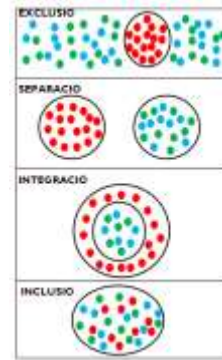


Voorbeeld van een portfolio van een student.

Aan het portfolio en de poster hebben we gedurende de hele training foto's en tekeningen toegevoegd die uitbeelden wat een goede peer supporter voor kwaliteiten moet hebben. Deze kwaliteiten kwamen naar boven tijdens de verschillende activiteiten en werden daarna besproken. De conclusies en reflectie van deze momenten werd in de portfolio's vastgelegd.

Conclusies/Reflecties die terugkomen in het portfolio	Foto's
<p><i>Het verschil weten tussen vrije tijd en vrijetijdsbesteding</i></p>	
<p><i>Je ervaringen op het gebied van vrijetijdsbesteding</i></p>	
<p><i>Een goed netwerk van familie, vrienden en kennissen hebben</i></p>	
<p><i>Diversiteit respecteren</i></p>	

Open houding, inclusieve houding



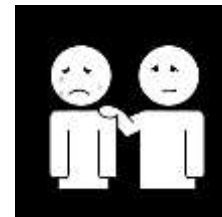
Vertrouwenspersoon, vertrouwelijke informatie



Luisteren naar anderen



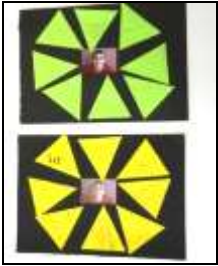



Empathie, jezelf in andermans situatie plaatsen.



Weten hoe je moet communiceren.

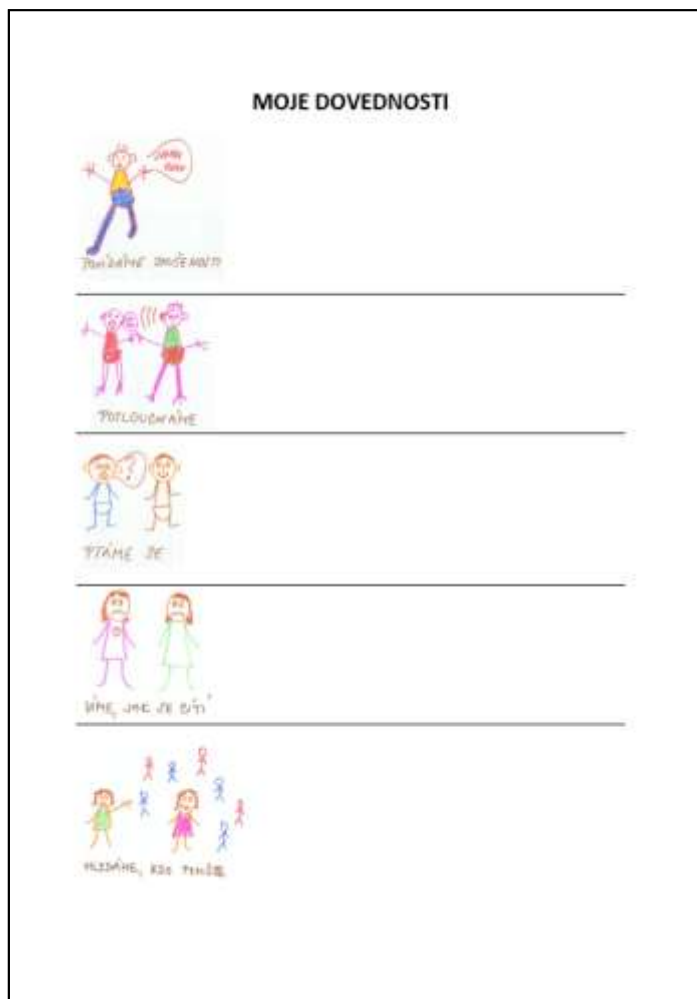


<p><i>Keuzes moeten gemaakt worden door de persoon zelf, niet door de peer supporter</i></p>	
<p><i>De keuzes van anderen respecteren</i></p>	
<p><i>Positief denken en moed</i></p>	
<p><i>Maatjes zijn, betekent niet iemand redden</i></p>	

Het uiteindelijke doel van dit portfolio is dat het dient om toekomstige collega's te laten zien wat zij geleerd hebben en wat hun rol als peer supporter inhoud.

VOORBEELD 3: Tsjechië

In Tsjechië spraken de deelnemers in de eerste bijeenkomst over wat een peer supporter is en welke vaardigheden daarvoor nodig zijn. Ze tekenden hoe het proces van ondersteuning zou moeten zijn en ze tekenden de belangrijkste vaardigheden. We hebben ook gepraat over onze ervaringen, geluisterd, vragen gesteld, gedacht over hoe de ander zich voelt en we keken naar manieren waarop we mensen konden ondersteunen. We concentreerden ons in de training op de vaardigheden die we in deze eerste training besproken hadden. De training verzamelde alle tekeningen en maakte hiermee een map die 'mijn vaardigheden' heette. Alle deelnemers kregen zo'n map.



Omdat dit portfolio het proces van ondersteunen beschrijft kan het de deelnemers helpen om zich te herinneren wat de basis van de training is. We kwamen hier tijdens de training vaak op terug, en de deelnemers konden de materialen aan het eind van de training ook houden.

Tegelijkertijd hebben we dit materiaal gebruikt om te beoordelen wat de persoonlijke verbetering was op elk punt. Tijdens het proces zetten we een rode stip naast de tekening als de persoon verbetering liet zien in die vaardigheid. Dit motiveerde en inspireerde de deelnemers. Als een deelnemer geen rode stippen naast een plaatje had gaven we hem/haar later de kans om die vaardigheid nog een keer te oefenen en te laten zien. Het was belangrijk om meteen na elke oefening een discussie te houden over welke vaardigheden ze in deze oefening geleerd hadden.

We gingen door met het meten van vaardigheden toen de officiële training al afgelopen was. De meeste rode stippen zijn in deze periode toegevoegd omdat de

deelnemers toen pas echt konden oefenen in een realistische en natuurlijke situatie.

Voordelen: Deze manier van werken is makkelijk. Wij vonden het heel effectief om de focus te leggen op een paar tekeningen die makkelijk te onthouden zijn, en die alles steeds terug brengen naar een aantal hoofdzaken. Op deze manier zijn de materialen ook makkelijk te gebruiken tijdens het leerproces om mensen er aan te herinneren welke stappen belangrijk zijn als peer supporter.

Nadelen: Het is een objectieve manier van werken die niet concreet aangeeft welke specifieke talenten iemand heeft, noch de vooruitgang die zij maken. Het is nodig dit mondeling terug te geven aan de deelnemers.

VOORBEELD 4: Nederland

In Nederland maakten we een vrij ingewikkeld portfolio. Dit portfolio had twee doelen:

1. Voor de deelnemers om terug te kijken naar wat ze bereikt hadden
2. Voor mensen die niets te maken hadden met de training, zodat zij konden zien wat de deelnemers als individu gedaan en bereikt had.

Op deze manier hoopten we dat het portfolio gebruikt kon worden om een EVC - Erkenning Verworven Competenties - certificaat te kunnen krijgen. Dit helpt op het cv van mensen.

Het portfolio bestond uit 12 kleurgecoördineerde hoofdstukken. De eerste 10 hoofdstukken gingen over de vaardigheden van de deelnemers die versterkt zouden worden tijdens de training.

Voor elke oefening maakten we een vel wat in het portfolio paste. Op dit vel stond de inhoud van de oefening die we deden. Behoorlijk wat woorden, maar wel handig voor buitenstaander om te weten wat de persoon gedaan had.

Onder de beschrijving van de oefening was een lege ruimte waarin de trainer persoonlijke notities over de vaardigheden van de deelnemer kon schrijven. Dit was erg bewerkelijk maar werd door de deelnemers wel erg gewaardeerd.



Het 11^e hoofdstuk van het portfolio was gevuld met alle informatie over de individuen waar we tijdens de training over spraken als goede voorbeelden van inclusie, gewaardeerde sociale rollen en/of goede ondersteuning. Deze voorbeelden inspireerden de deelnemers en het was goed om hen iets mee te geven om deze voorbeelden te onthouden en te kunnen gebruiken als zij anderen ondersteunden.



Het 12^e hoofdstuk van het portfolio had lege versies van alle posters die we tijdens de training gebruikt hadden. Deze posters waren allen gebaseerd op Persoonlijke Toekomst Planning. De deelnemers oefenden met elkaar in het gebruik van deze posters. Nu kunnen ze de lege posters gebruiken als zij peer support

bieden aan anderen.

Dit portfolio was wel ingewikkeld voor de deelnemers. Maar ze hadden wel iets om te laten zien. Ze waren erg trots op wat ze bereikt hadden en het portfolio was hun bewijs.



VOORBEELD 5: Schotland

Hier volgt het persoonlijke portfolio voor TOPSIDE, zoals gebruikt door ENABLE. We hebben Kerry's toestemming en medewerking hiervoor.

Hallo, ik ben Kerry McInnes!



En ik ben peer supporter.

Ik heb een verstandelijke beperking.

Ik heb veel geleerd over hoe je mensen met een verstandelijke beperking kan ondersteunen.

Dit heet peer support.

Mijn peers zijn mensen met een verstandelijke beperking.

Deze map is gevuld met alle dingen die ik geleerd heb.

Deze map laat je alle training zien die ik gedaan heb.

Deze map zal je laten zien hoe ik ook jou kan ondersteunen!

Over mij

Mijn naam is Kerry McInnes.

Ik woon in mijn eigen flat in Oban.

Ik krijg ondersteuning van ENABLE Schotland.

Ik ben 36 jaar oud.

Ik heb een training gevolgd om peer supporter te worden.

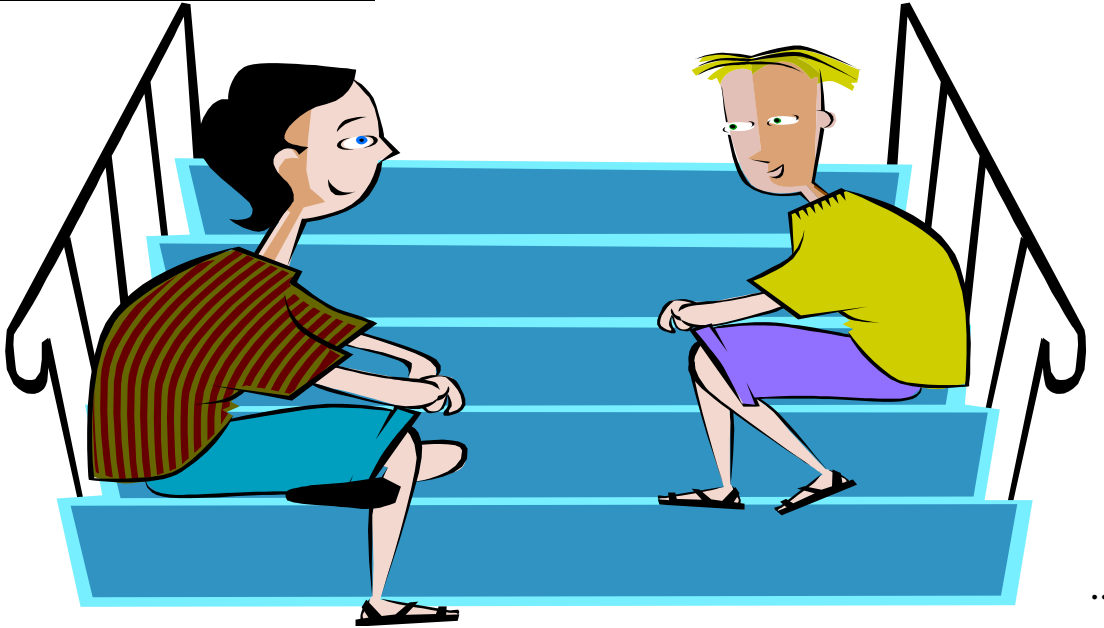
Dit is wat ik geleerd heb.

Laat het me alsjeblieft weten als ik je ergens mee kan helpen.



Dit ben ik tijdens mijn training.

Praten en Luisteren



Ik leerde om goed naar mensen te luisteren.
Ik leerde niet te praten terwijl zij aan het praten waren.
Ik leerde vragen te stellen.
Ik stelde vragen om zeker te weten dat ik begreep wat zij mij vertelden.
Iedereen vond dat ik had laten zien dat ik dat allemaal goed kon.



Goed gedaan Kerry!

Ik heb hulp nodig!

Help, I need somebody!



Dit is wat ik hier geleerd heb.

Ik leerde dat er verschillende manieren van ondersteunen zijn.

Ik leerde wat goed is aan onderdeel zijn van een groep.

Ik begon te leren at peer support is. Ik leerde dat dit gaat over mensen helpen om keuzes te maken.

Ik leerde dat peer support niet gaat over mensen vertellen wat zij moeten doen.

Ik leerde dat ik mijn eigen leven kan gebruiken om andere mensen te helpen om keuzes te maken.

Ik leerde dat ik mensen kan vertellen over wat ik heb meegemaakt.

Dit kan hen helpen keuzes te maken.



Goed gedaan Kerry!

Wie kan je vertrouwen?

PEER SUPPORTERS- who can you trust?



Dit is wat ik geleerd heb!

Ik leerde dat peer supporter zijn een belangrijke taak is.

Ik leerde dat het belangrijk is om mensen niet te vertellen wat zij moeten doen.

Ik leerde dat het mijn taak is om hen te helpen alle opties te bekijken.

Opties zijn verschillende keuzes die je hebt als je een beslissing moet maken.

Ik leerde dat wat mensen je vertellen privé is.



Ik leerde dat dit betekent dat je dingen die mensen je vertellen niet door moet vertellen!

Als je denkt dat je het wel door moet vertellen moet je vragen aan de persoon of die dat goed vindt.

Dit toont respect voor die persoon.

Ik leerde dat de enige uitzondering is als iemand de persoon die ik probeer te helpen misbruikt of pijn doet.

Ik leerde dat ik zulke dingen moet vertellen aan iemand die kan helpen.

Ik leerde dat ik ook de persoon over wie het gaat moet vertellen dat ik dit moet doen.

Ik leerde hoe ik peer support kon geven door te oefenen.

Ik leerde dit te doen door te luisteren naar heel veel verhalen over problemen die mensen hadden.

Ik leerde dit te doen door te praten met andere mensen in de groep over hun problemen. We gaven elkaar allemaal peer support.

Ik heb veel geoefend in mijn rol als peer supporter.

Ik leerde dat ik niets moest beslissen tot ik alle feiten kende.

Ik leerde dat het belangrijk is om kalm te blijven.

Ik leerde dat het belangrijk is om mensen te kalmeren als ze overstuurd of boos zijn.



Goed gedaan Kerry!

Wat zou je moeten geven of moeten krijgen?

What you should do and what
you should get!



Dit is wat ik hier geleerd heb.

Ik leerde dat iedereen rechten heeft.

Ik leerde dat rechten betekenen dat je net als iedereen behandeld moet worden.

Ik leerde over alle verschillende soorten rechten die we hebben.

Ik leerde dat het belangrijk is dat andere mensen hun rechten kennen.

Ik leerde dat veel mensen met verstandelijke beperkingen niet altijd behandeld worden net als iedereen.

Ik leerde hoe een peer supporter kan helpen als mensen niet behandeld worden net als iedereen.



Goed gedaan Kerry!

Zo veel keuzes

SO MANY CHOICES!

Make good

Choices!

I'M IN CHARGE!!



Dit is wat ik hier geleerd heb.

Ik leerde dat er verschillende mensen zijn die ondersteuning kunnen geven.

Ik leerde dat mensen ondersteuning willen van verschillende mensen in verschillende situaties.

Ik leerde dat mensen die ondersteuning krijgen kiezen van wie ze ondersteuning krijgen.

Ik leerde dat de peer supporter kan helpen kiezen welke persoon het beste kan ondersteunen in een bepaalde situatie.

Ik leerde wat de goede redenen zijn om peer supporter te worden.



Well done Kerry!

Problemen



Dit is wat ik hier geleerd heb.

Ik leerde anders te kijken naar problemen die mensen kunnen hebben.

Ik leerde na te denken over hoe ik iemand kan ondersteunen als peer supporter.

Ik leerde altijd te onthouden dat ik goed moet luisteren.

Ik leerde altijd te onthouden dat ik vragen moet stellen.

Ik leerde dat dit mij zou helpen te begrijpen wat de ander echt bedoelt.

Ik leerde om de persoon te helpen na te denken over alle mogelijke keuzes die zij hadden.

Ik leerde om zeker te weten dat ik niet de persoon vertelde wat ze moesten doen.

Ik leerde dat de persoon zijn eigen keuzes moet maken.



Goed gedaan Kerry!



Dit is wat ik hier geleerd heb.

Ik leerde dat iedereen onderdeel zou moeten uitmaken van de samenleving.

Ik leerde dat ondersteuners zouden moeten weten hoe je iemand helpt om onderdeel te worden van de samenleving.

Ik leerde dat ondersteuners mensen moeten helpen om onderdeel te worden van de samenleving.

Ik leerde dat ondersteuners moeten helpen om mensen te leren kennen.

Ik leerde dat mensen ondersteuning zouden moeten krijgen om vrienden te maken.

Ik leerde dat mensen ondersteuning zouden moeten krijgen om vrienden te zijn met wie ze willen, niet alleen mensen met een verstandelijke beperking.

Ik leerde dat mensen ondersteuning moeten krijgen om dezelfde rechten te hebben als iedereen.

Ik leerde dat iedereen denkt dat het beter zou zijn als mensen met een verstandelijke beperking meer hulp kregen van vrienden, burens of familie.

Ik leerde dat het de rol van de ondersteuner is om mensen te helpen meer vrienden te maken.

Ik leerde dat mensen met een verstandelijke beperking ook andere mensen kunnen helpen in de samenleving.

Ik leerde dat mensen met een verstandelijke beperking veel te bieden hebben.

Ik leerde dat mensen met een verstandelijke beperking hun eigen leven beter kunnen maken, en dat van anderen ook.



Goed gedaan Kerry!

Beslissingen, beslissingen...!!!



- DECISIONS, DECISIONS....!!

Dit is wat ik hier geleerd heb.

Ik leerde dat mensen die ik help als peer supporter hun eigen beslissingen moeten nemen.

Ik leerde dat iedereen soms verkeerde keuzes maakt.

Ik leerde dat het soms lijkt alsof een verkeerde keuze wel okay uitpakt.

Ik leerde dat mensen veel kunnen leren van de fouten die zij maken.

Ik leerde dat ik de keuzes van anderen moet respecteren.

Ik leerde dat andere mensen kunnen leren van de verkeerde keuzes die ik zelf gemaakt heb.

LEARN FROM THE
MISTAKES OF OTHERS.
YOU CAN'T LIVE LONG
ENOUGH TO MAKE
THEM ALL YOURSELF.

Ik leerde dat peer support gaat over elkaar helpen.

Ik leerde dat ik mensen kan vertellen wat ik weet, en dat dit hen kan helpen een keuze te maken.

Ik leerde dat alleen mensen met een verstandelijke beperking weten hoe het is om een verstandelijke beperking te hebben.

Ik leerde dat anderen mensen met een verstandelijke beperking ondersteunen is waar peer support om gaat.



Goed gedaan Kerry!

Dat is alles!



Maar niet heus!

Ik leerde dat mensen contact met mij op kunnen nemen als ze hulp nodig hebben.

Ik leerde dat ik ondersteuning kan krijgen van een coach of mentor als ik niet zeker weet wat ik moet doen.

Ik leerde dat deze coach mij alleen zal helpen nadenken over hoe ik ondersteuning kan bieden.

Ik leerde dat de coach mij niet zal zeggen wat ik moet doen.

Ik leerde dat de coach mij alleen zal helpen met het maken van mijn eigen keuzes.

Ik leerde dat dit er voor zal zorgen dat ik niet tegen mijn peer vertel wat die moet doen. Ik leerde dat dit mij zal helpen mijn peer te ondersteunen om over hun eigen keuze na te denken.



Goed gedaan Kerry!



Inclusion Europe



Programma
Een leven
lang leren



PERSPECTIEF

Met de hulp van Het Programma Een Leven Lang Leren van de Europese Unie

www.peer-training.eu