

## **Liberman module 5: Omgaan met werk**

De module 'Omgaan met werk' is net als de andere Liberman modules bestemd voor mensen met een psychiatrische of verstandelijke handicap en richt zich op het behouden van (enige vorm van) werk. Werk geeft mensen, ook als ze een handicap hebben, een zinvol en bevredigend bestaan.

Uit onderzoek blijkt dat 70% van de doelgroep als grootste wens heeft (weer) aan het werk te kunnen, terwijl nog geen 10% dit momenteel kan realiseren. Zij lopen vaak tegen allerlei problemen aan, zoals het niet goed kunnen hanteren van symptomen of het ontbreken van vaardigheden om problemen te kunnen oplossen. De module 'Omgaan met werk' leert hen de noodzakelijke vaardigheden aan om hen in staat te stellen zelfstandig en succesvol te functioneren en hun werk te behouden.

De module is geschikt voor een brede doelgroep en kan in vele settingen worden aangeboden, zowel in ggz- en vgz-instellingen als in instellingen die zich richten op arbeidsreïntegratietrajecten (bijv. reïntegratiebedrijven, DAC's en wsw-voorzieningen).

Om de vaardigheden in de praktijk toe te kunnen passen en zodoende optimaal profijt te hebben van de module, dienen deelnemers over een vorm van werk te beschikken. Job-coaches en trajectbegeleiders hebben een belangrijke taak bij het vinden van een (passende) baan en het begeleiden bij het volhouden ervan. Het is dan ook de bedoeling dat zij de inhoud en de werkwijze van de module goed kennen, zodat zij cliënten van het begin af aan met deze module kunnen ondersteunen.

Bij de opbouw van de module is gebruik gemaakt van expertise uit de gedragstherapie, de leertheorie en de psycho-educatie. De vaardigheid 'probleem oplossen', waar binnen deze module sterk de nadruk op ligt, leert mensen adequate oplossingen te bedenken bij problemen die zich voordoen op de werkplek. Ook wordt aandacht besteed aan de noodzakelijke communicatievaardigheden.

De module 'Omgaan met werk' is systematisch gestructureerd en onderverdeeld in 9 vaardigheidsdomeinen:

### **1. Hoe werk je leven verandert**

In dit vaardigheidsdomein leren deelnemers te bepalen wat werk hen oplevert (de baten) en wat ze moeten inleveren als ze gaan werken (de kosten).

### **2. Specifieke kennis over je werk**

Hier leren deelnemers te bepalen wat ze wel en niet weten over hun werk (bekend en onbekend) en hoe ze aan de ontbrekende informatie kunnen komen.

### **3. Werken en stress**

Deelnemers leren wat moeite en geen moeite kost op hun werk. Door te weten wat stress oplevert, zullen ze beter in staat zijn deze problemen op te lossen.

### **4. Probleem oplossen**

Hier leren deelnemers de techniek voor het oplossen van problemen, zodat ze in staat zullen zijn voorkomende problemen op het werk aan te pakken.

### **5. Omgaan met symptomen**

Deelnemers leren de techniek van het probleem oplossen toe te passen op problemen die ontstaan rondom de symptomen van hun ziekte. Ze krijgen handvatten aangereikt in de vorm van coping strategieën en leren hun klachten bij te houden.

#### **6. Omgaan met gezondheid en drugs**

Deelnemers leren alternatieven te vinden voor alcohol en druggebruik en zichzelf een gezonde levensstijl aan te meten die bij hen past.

#### **7. Omgaan met werksituaties**

De vaardigheid van feedback vragen en ontvangen staat centraal. Daarnaast leren deelnemers te anticiperen op onverwachte gebeurtenissen.

#### **8. Omgaan met mensen op je werk**

De basale communicatieve vaardigheden komen aan bod en deelnemers leren wat ze in werksituaties met anderen kunnen bespreken (en wat NIET!).

#### **9. Steun en motivatie**

Tenslotte leren deelnemers hoe ze zichzelf kunnen motiveren en waar ze eventuele steun kunnen halen, mocht de motivatie dalen.

Net als in de eerdere modules worden de vaardigheden aangeleerd door middel van zeven leeractiviteiten, namelijk inleiding op het vaardigheidsdomein, vraag- en antwoordsessie naar aanleiding van een DVD-instructie, rollenspel, keuze van de hulpmiddelen, probleemsituaties, praktijkoefening en huiswerkopdracht.

Voor meer informatie [liberman@mediant.nl](mailto:liberman@mediant.nl)

