

Begeleidingsmodule

Natuurbeleving

Natuur en dier in
de opvang bij
Stichting Perspektief

visie & uitgangspunten

Stichting Perspektief biedt ondersteuning en begeleiding aan mensen die te maken hebben met relationeel en/of huiselijk geweld, zodat ze weer regie houden of weer krijgen over hun eigen leven, hun relaties en de opvoeding van hun kinderen.

Colofon

Begeleidingsmodule Natuurbeleving

Tekst - Stichting Perspektief

Redactie - Hélène van Kampen

Fotografie - © ammentorp (voor), © Martin Novak (achter)

Vormgeving - Vormbeeld, Helga Hamstra

Uitgave - Stichting Perspektief

November 2020

© Stichting Perspektief

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door print-outs, kopieën, of op welke manier dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Uitgangspunten van de Natuurbeleving zijn:

- Deze staat niet los van de andere modules of de begeleiding in het algemeen, maar is een integraal onderdeel. De begeleiding is systeemgericht en er is aandacht voor de relatie van de cliënt met partner, kinderen familie en vrienden;
- De hulpverlening is op maat voor elke cliënt, waarbij vaardigheden optimaal benut worden, maar rekening wordt gehouden met een kwetsbare uitgangspositie, zoals bijvoorbeeld een beperkte kennis van de taal. Op maat betekent zo licht en kort mogelijk;
- Respect voor de individuele achtergrond van de cliënt en rekening houdend met de verschillende culturele en maatschappelijke achtergronden;
- Verantwoordelijkheid voor eigen keuzes van cliënt met inachtneming van professionele verantwoordelijkheid van stichting Perspektief;
- Het versterken van de eigen mogelijkheden;
- Alle cliënten worden begeleid volgens de aanpak Signs of Safety. Methodische inzet van Presentie theorie in de aanpak huiselijk geweld is nog in ontwikkeling;
- De hier en nu situatie vormt het uitgangspunt voor de begeleiding;
- De begeleiding richt zich op verschillende levensgebieden.

Actief zijn in en met de natuur heeft verschillende bewezen gezonde effecten. Hieronder een kort overzicht van een aantal bevindingen hierover die positief bij kunnen dragen aan de doelen en hulpvragen van de cliënt.

- Door bezig te zijn met tuinieren maken je hersenen extra endorfine en dopamine aan. Met andere woorden; je wordt er vrolijk van! Met name voor mensen die lijden onder depressieve gedachten of angsten kan tuinieren een bron van verlichting zijn. Negatieve gedachten krijgen minder de overhand. Groen zorgt ervoor dat mensen sneller herstellen van stress, trauma's en bij ziekte.

- Zodra je met je handen in de aarde wroet, helpt de prikkeling van de zintuigen om in het hier en nu aanwezig te zijn. Er komt meer ruimte in het hoofd voor andere zaken; zo wordt het probleemoplossend vermogen verhoogd als ook de mate van inzicht en creativiteit.
- In een natuurlijke omgeving (bezig) zijn vergroot het vermogen van de cliënt om (nieuwe) sociale contacten aan te gaan. Ook wordt het gevoel van eigenwaarde vergroot. Denk bijvoorbeeld aan de succeservaring van het opkweken van een klein zaadje tot een grote rode kool of courgetteplant.
- Door je in de natuur te begeven of met de natuur bezig te zijn, maak je op een prettige wijze deel van iets uit, in dit geval van de natuur, waardoor je de verbinding met jezelf en je omgeving.
- In de natuur zijn of de natuur ervaren nodigt uit tot bewegen. Fysiek bewegen - dit steeds met aandacht voor een ieders zijn capaciteit en grenzen hierin - stimuleert op haar beurt positieve emoties.
- De gezamenlijkheid van samen buiten zijn geeft ook een veilig en huiselijk gevoel. Het kweken, oogsten, wassen, bereiden en samen eten van zelf gekweekte groenten bijvoorbeeld kan een mooi groepsproces opleveren, waarin iedereen (jong & oud) een steentje kan bijdragen.
- Door het aanbieden van een nieuwe en natuurlijke setting wordt de cliënt op zichzelf aangewezen, hetgeen ondersteunend is om de persoonlijke situatie te verbeteren en niet te vervallen in oude patronen.
- Natuur prikkelt om iets nieuws uit te proberen, verruimt de capaciteit om focus aan te brengen in iemands leven, bewust contact maken met de fysieke omgeving kan er ook voor zorgen dat de cliënt meer uit het hoofd komt.

doelgroep

Cliënten (kinderen en volwassenen) die verblijven in een opvangvoorziening.

hulpvragen & begeleidingsbehoefte van cliënten in de opvang

- Rust en veiligheid.
- Antwoord op vele “waarom” vragen (de relaties, de familie, het verlies van netwerk, trauma, etc.).
- Houvast voor deze periode na een grote wending in hun leven, waarin ze in een groot gat gesprongen zijn.
- Een duw krijgen richting vooruitgang/ sociale activering/participatie
- Houvast voor de periode waarin ze zelfstandig moeten gaan wonen/leven.
- Hulp bij het leren omgaan met geweld en bedreiging.
- Hulp bij het doorbreken van het sociale isolement.
- Hulp rond vertrouwen, stabiliteit, aangaan van relaties (partner, vrienden, kinderen, familie etc.).

indicaties

- De cliënt staat open voor natuurbelevingsactiviteiten als hulpmiddel voor herstel, ontspanning en groei.
- Deze module is in het bijzonder voor cliënten die ervan houden om buiten te zijn, met de natuur bezig te zijn of daar juist nieuwsgierig naar zijn.
- De begeleider en de cliënt hebben samen een specifieke leervraag geformuleerd met betrekking tot deelname aan een van de activiteiten van deze module.

contra indicaties

Cliënt heeft last van bepaalde allergie die het naar buiten kunnen beperkt.

doelen

Doelen waar deze module aan bijdraagt:

- Deelnemer onderzoekt eigen persoonlijkheid en kracht en leert zichzelf beter kennen.

- Deelnemer 'ervaart', is in het hier en nu en kan zich niet verschuilen achter woorden, en ervaart ook om dicht bij zichzelf te blijven.
- Deelnemer oefent met het vergroten van zelfvertrouwen, het vertrouwen hebben in de ander en relaties aan te gaan.
- Deelnemer leert zich open te stellen voor een veranderende omgeving en hierin aandacht te houden voor de eigen behoeften.

activiteiten & uitvoering

In het zorgplan is er een doel opgenomen dat bereikt kan worden via de module Natuurbeleving

De ondersteunende activiteiten die vallen onder de module Natuurbeleving zijn gericht op het ervaren van het nu in een natuurlijke setting, van waaruit de cliënt dichtbij zichzelf en haar interesses en persoonlijke behoeftes kan komen. De activiteiten kunnen daarnaast ook ondersteunen bij het scherper krijgen van de hulpvraag van de cliënt.

De doelen in het zorgplan worden bij tussentijdse evaluaties bijgesteld (bijvoorbeeld opgeknipt in kleinere stappen) en/of uitgebreid. Het zorgplan is een hulpmiddel voor de cliënt, wat nog groeit tijdens deze module.

Binnen de module natuurbeleving is er de keuze uit drie ondersteunende activiteiten:

- Moestuiniëren
 - Op pad met een natuurgids
 - Natuurlijk spelen
-
- De eerste twee activiteiten worden aangeboden voor ouder alleen of voor ouder en kind samen. Op dit moment zijn de activiteiten die vallen onder natuurlijk spelen alleen voor de kinderen op de opvang, maar zij heeft potentie om zich te ontwikkelen tot aanbod voor ouder en kind.
 - Elke activiteit neemt ongeveer een uur tot maximaal anderhalf uur in beslag.

- De activiteit moestuinieren bevindt zich nog in de opstartfase, er wordt naar gestreefd om deze - in het tuinseizoen, dat wil zeggen van maart tot en met oktober - maandelijks aan te bieden.
- Bij deelname aan de activiteit 'op pad met een natuurgids' is het belangrijk dat de begeleider aanwezig is en/of betrokken is voorafgaand aan de activiteit en na afloop. Dit zodat de natuurgids zich echt kan richten op natuurbeleving zodat de begeleider en de cliënt de activiteit als aanknopingspunt kan gebruiken om te werken aan de gestelde doelen in het zorgplan.

voortgangsbewaking

Zorgplan, veiligheidsplanning en dossiervorming:
Na 6 weken bespreking van (veiligheid)doelen in netwerkgesprek, na 3 maanden evaluatie in casuïstiekbespreking.

frequentie & intensiteit

Afhankelijk van de problematiek wordt in afstemming met de cliënt de frequentie bepaald. Alle hierboven genoemde activiteiten worden op dit moment een keer in de maand aangeboden. De behoefte van de cliënt is leidend bij het bepalen van de wenselijke frequentie als ook de keuze voor het deelnemen aan alle drie de ondersteunende activiteiten of slechts één of twee van de aangeboden activiteiten.

samenwerking ketenpartners

De belangrijkste samenwerkende partner in deze module is IVN Natuur-educatie. Zij inspireert, adviseert en mede-ontwikkelt in dit aanbod. Daarnaast verzorgt IVN Den Haag en omstreken de 'Op pad met een natuurgids' activiteit.

rechten & privacy cliënten

Cliënten ondertekenen een formulier waarin zij toestemming geven om informatie uit te wisselen met andere hulpverlenende instanties. Cliënten worden gewezen op klachten- en privacy reglement.

producten (of diensten)

De natuurbelevingsactiviteiten zijn onderdeel van de ondersteunende en activerende begeleiding.

locatie

- De activiteit moestuinieren vindt plaats in de binnentuin van de opvang.
- De activiteiten natuurlijk spelen en op pad met een natuurgids vinden zowel binnen als buiten de opvang plaats, afhankelijk van het weer en de capaciteit in de ondersteuning vanuit de opvang.

duur

De activiteiten worden maandelijks aangeboden en zijn gedurende de gehele begeleiding bij Perspektief mogelijk.



015 284 1000

info@perspektief.nl

www.perspektief.nl