

# Inspiratie voor revalidatieprofessionals

## Revalideren is leren

J.M. Stolwijk-Swüste

*Revalideren is leren* is een inspirerend boek waarin Inge Vuijk revalideren beschrijft als leerproces, zowel theoretisch als met heel veel praktische revalidatievoorbeelden. Voor mij smaakte het lezen van het boek naar meer.

Het revalidatiecentrum is immers een kunstmatige omgeving waarin de patiënt zich moet aanpassen. Revalidanten geven zich over aan de regels van het centrum, volgen de weekroosters met therapie en verliezen daarbij een groot deel van hun eigen verantwoordelijkheid en eigen regie. Na klinisch ontslag uit het revalidatiecentrum moeten ze wel weer de volledige eigen regie oppakken in hun eigen sociale omgeving, maar nu met hun fysieke en/of cognitieve beperkingen. De in de kunstmatige omgeving geoefende activiteiten moeten nu worden toegepast in het echte leven en dat is vaak heel anders dan in het 'veilige en aangepaste' revalidatiecentrum, waar ook nog eens dag en nacht hulpverleners aanwezig zijn.

Hoeveel logischer is het om al tijdens de klinische revalidatiefase de patiënt eigen regie te leren nemen en de eigen verantwoordelijkheid te laten dragen voor zijn revalidatie? Zelf zijn hulpvragen te laten ontdekken en formuleren, prioriteiten te laten stellen en tempo en richting te laten geven aan zijn revalidatieproces.

Natuurlijk is dat al een veel gebezigde gedachte. In de tijd dat ik als revalidatiearts voor een dwarslaesie-afdeling verantwoordelijk was, probeerden we dan ook binnen de zorgsetting van het revalidatiecentrum eigen regie en verantwoordelijkheid en eigen sociale context zo veel mogelijk te incorporeren in het behandelprogramma. De logeerkamer, de proefwoning, de 'eigen-regie'-module, de werkweek, allemaal zorgproducten in het poliklinische en klinische aanbod om de patiënt zo veel mogelijk in zijn eigen setting te laten revalideren. Toch bleek het heel moeilijk om binnen het behandelprogramma daadwerkelijk de eigen regie en verantwoordelijkheid goed uit de verf te laten komen. En was het ook moeilijk om binnen de reguliere bestaande behandelkaders een



*Revalideren is leren*  
 Inspiratie voor revalidatieprofessionals  
 Auteur: Inge Vuijk  
 ISBN: 978-90-822153-1-1  
 264 pagina's  
 Meer informatie en bestellen:  
[www.revaliderenisleren.nl](http://www.revaliderenisleren.nl)

goede nabootsing van de thuis/werksituatie voor de revalidant te creëren.

In *Revalideren is leren* beschrijft Inge Vuijk hoe het wel mogelijk is om revalidanten hun eigen leervragen te laten ontdekken en zelf eigenaar te laten zijn van hun leerproces en de uitkomsten daarvan. De uitkomsten die ze beschrijft zijn ondergebracht in zeven meetbare participatiedimensies. Uitgangspunt is dat een revalidatietraject primair een leertraject is en dat een revalidant moet leren hoe hij kan blijven participeren.

De in het boek beschreven leerprincipes dienen als handvatten voor revalidatieprofessionals om dit leerproces bewust te kunnen sturen. Eén van de leerprincipes is dat je het meest leert in een context die voor jou betekenisvol of relevant is. Meestal is dat bij de revalidant thuis, op het werk, op de sportvereniging of in een andere sociale of maatschappelijke (betekenisvolle) context, waar een revalidant daadwerkelijk invloed op wil uitoefenen. Een ander leerprincipe is het samen leren. Bij het samen leren ziet de revalidant voorbeelden en hoort hij ideeën van anderen. Daardoor krijgt hij meerdere ervaringen en kan hij zijn eigen referentiekader uitbreiden en leert hij zelf oplossingen te vinden voor zijn eigen leerdoelen. Een ander leerprincipe is dat je je eerst bewust moet worden hoe je de dingen doet. Bewustwording van wat niet meer kan of werkt en bewustwording van wat wel werkt of anders kan. Pas wanneer we ons ervan bewust zijn dat hetgeen we doen ineffectief is of een ongewenst effect oplevert, staan we ervoor open om op zoek te gaan naar een andere effectievere manier van handelen.

Deze algemene leerprincipes gelden voor iedereen. Specifiek leert iedereen echter op zijn eigen manier op basis van zijn eigen leerstijl. Een leerstijl is een voorkeurmanier van leren. Het boek beschrijft vier leerstijlen volgens de modellen van David Kolb; de doener, dromer, denker en beslisser.

Een leertraject is een zoektocht om dingen effectiever te gaan doen en betekent dat we ons anders gaan gedragen, gericht op een ander effect, met als doel te blijven participeren op een door onszelf gekozen manier.

Revalideren op basis van leerprincipes vraagt van de revalidatieprofessional dat hij gaat sturen op het leerproces. Elke interventie is erop gericht om leereffect bij de revalidant te bereiken. Dit vraagt om aanvullende vaardigheden, waarvoor de revalidatieprofessional zijn zorgbril zal moeten verwisselen voor een leerbril.

De basis voor de revalidatieprofessional is om leerstijlen te leren herkennen en om daar bij iedere individuele revalidant op aan te sluiten. De leerprofessional biedt vervolgens leerhulp om het leerproces te sturen. Het doel van leerhulp is het creëren van een leeromgeving waarin de leerprincipes en daarmee de voorwaarden tot leren zo optimaal mogelijk aanwezig zijn. Het leerprincipe van grijpen naar begrijpen speelt daarbij een belangrijke rol. Door een revalidant eerst een situatie te laten ervaren (te grijpen) merkt hij zelf waar hij tegenaan loopt en welk effect hij in die situatie bereikt. Door daar feedback op te geven helpt de professional een revalidant om de ervaring te ordenen (te begrijpen), waardoor hij zich bewust wordt van zijn eigen aanpak en het effect daarvan. Effectieve leerprofessionals zijn in staat om praktijk-situaties van veel verschillende kanten te benaderen, te beschrijven en aan te bieden. Een leerprofessional zal daarbij vooral vragen stellen of oproepen en pas antwoorden geven wanneer een revalidant vragen gaat stellen. Het boek beschrijft vier soorten leerhulpen: verbaal (o.a. *motivational* interviewing), manueel (voelend leren), het voorbeeld (visueel) en het arrangement (echte dingen doen in echte, niet gesimuleerde situaties die herkenbaar zijn voor een revalidant). Door te sturen op het leerproces coach je een revalidant naar onafhankelijkheid.

Na het lezen van dit boek wilde ik zelf aan de slag met de inhoud ervan en heb dan ook een dag meegelopen bij een opleidingstraject van Rehab Academy, die de principes van het boek toepast in de praktijk, om zo de theorie in de praktijk te zien. Ik ben nu overtuigd dat revalideren inderdaad leren is en dat de eigen sociale omgeving van de patiënt de grootste mogelijkheid geeft tot de steilste leercurve in het revalidatieproces. Ik hoop dan ook dat veel revalidatieprofessionals het boek zullen lezen en de theorie in de praktijk gaan brengen.