

Basale Stimulatie.

Activiteiten van het dagelijkse leven (ADL).

Enkele uitgangspunten:

ADL: levensnoodzakelijk.

Om te leven moet iedere mens eten, zich wassen en verse kleren aantrekken, zich te slapen leggen en weer opstaan, zich regelmatig verplaatsen, ... En als hij dat niet zelfstandig kan, moet hij geholpen worden.

ADL: het is voor elke dag en het is voor altijd.

Personen met een ernstige meervoudige beperking (EMB) blijven hun leven lang afhankelijk van anderen in de ADL. Het is dus superbelangrijk dat dit goed verloopt. Dit is een bijzonder voorname pedagogische doelstelling voor elk kind, voor elke persoon met EMB.

ADL: grote kwetsbaarheid.

Verzorgen is aanraken op de naakte huid, eten en drinken geven is opletten om verslikken te voorkomen, te slapen leggen is gerust stellen en waken over een comfortabele houding. Een eenvoudig spelletje kan soms als een bedreiging ervaren worden.

ADL: altijd voorrang.

Een kakkbroek wordt eerst verschoond, dorst wordt gelest, een hoestbui vraagt een aanpassing van houding, vermoeidheid vraagt om rust. Andere activiteiten moeten dan wachten.

ADL: structuur van dag en week.

De beleving van een vaste opvolging van de ADL is essentieel voor het basisvertrouwen van de persoon. Hij vindt zich terug in het ritme. Hij ondervindt veiligheid.

ADL: vanzelfsprekend basaal.

Het is somatisch want vaak gepaard met aanraking. Het is vestibulair want er is altijd bewegen en bewogen worden. Een kleine vibratie kan helpen om zichzelf als een geheel te ervaren. Het is lichaamsbeleving in directe communicatie tussen persoon en begeleider.

ADL: technieken zijn belangrijk.

Technieken voor verzorging, voor het tillen van de persoon, voor mondcontrole, ... zijn kostbaar. Het is nuttig om ze te oefenen en eigen te maken. Niet om ze blind toe te passen, maar om vanuit die ervaring de gepaste aanpassingen te vinden voor elke persoon.

ADL: is altijd samenwerking tussen begeleider en persoon.

We beseffen het soms niet, maar tenzij de persoon slaapt, is er altijd een vorm van samenwerking. De persoon beweegt een beetje mee of tegen, hij ontspant of spant zich op, hij ademt sneller of langzamer, hij opent zich of sluit zich af, ... Het is hoe dan ook wijs om geregeld te tonen aan de persoon dat we zijn bijdrage opmerken en waarderen.

ADL: is samen bouwen aan gewoonten of routines.

We brengen samen gewoonten of routines tot stand. Ook al zijn we er ons niet altijd van bewust, toch is onze manier van doen verschillend van persoon tot persoon. Door de dagelijkse herhaling ontstaan er sporen in de herinnering. Bij ons en bij de persoon met EMB.

Samenwerken loopt soms niet van een leien dakje. We begrijpen elkaar niet altijd en dan lopen we het risico op routines met spanning en krampachtigheid. Dit kan soms hardnekkig zijn. Dan is het zoeken via erkenning wederzijds naar ruimte om bij te sturen.

ADL: 'levende' routines.

We zijn fier op onze routines. We tonen dit geregeld aan de persoon. We gaan na of hij er ook (nog altijd) blij mee is. We onderbreken af en toe de actie en we vragen hem: Herken je het? Bevalt het je nog? Weet je iets beter? Zo verstarren onze gewoonten niet. Ze zijn de basis voor dagelijkse ontmoeting.

ADL: is samen genieten.

We vertrouwen op onze techniek en ervaring, die ons de vrijheid geven om de persoon te ontmoeten in de dagelijkse activiteiten. We vinden mekaar in een plezierig evenwicht. We kunnen verder evolueren. De persoon misschien naar een iets actievere deelname of gewoon naar een meer comfortabele beleving. De begeleider naar een nog fijnere basale houding.