

BEGELEIDING VAN KINDEREN, JONGEREN EN JONG  
VOLWASSENEN MET EEN AUTISME SPECTRUM STOORNIS/ADHD.

# Opplussen!



# Zelfredzaamheid, zelfstandigheid en een gezonde levensstijl

Stichting Empower is een non-profit organisatie voor begeleiding van kinderen, jongeren en jong volwassenen met een autisme spectrum stoornis (ASS) en/of ADHD. De begeleiding is gericht op het ontwikkelen van zelfredzaamheid, zelfstandigheid en een gezonde levensstijl. Door middel van bewegen en actief samenwerken overwinnen cliënten angsten, ervaren ze successen en ontwikkelen ze een positief zelfbeeld. Binnen een veilig pedagogisch basis-klimaat wordt vanuit het positieve zelfbeeld gewerkt aan persoonlijke leerdoelen zoals sociale en maatschappelijke competenties, weerbaarheid en praktische vaardigheden ten behoeve van zelfredzaamheid.

## ZORG OP MAAT

Stichting Empower werkt in haar begeleiding graag samen met behandelaren, scholen en andere hulpverleners, zodat de begeleiding éénduidig en goed op elkaar afgestemd is. Heeft een cliënt behoefte aan behandeling of extra ondersteuning, of hebben ouders behoefte aan gezinsbegeleiding of oudergesprekken, dan ondersteunen wij graag in een gesprek met het Sociaal Wijkteam/ Centrum voor Jeugd en Gezin (SWT/CJG). Wij faciliteren een gesprek waarin alle hulpverleners, SWT /CJG en eventuele behandelaar met cliënt en/of ouders de zorgbehoefte met elkaar bespreken. Door nauw samen te werken met externe (zorg)partijen verbreedt Stichting Empower haar faciliteiten en mogelijkheden om zorg op maat te bieden. Vanuit betrokkenheid bij lokale, regionale en landelijke ontwikkelingen is onze organisatie in staat om helder en efficiënt op zorgvragen in te spelen.



## Onze werkwijze

*- Empower betekent zoveel mogelijk eigen regie voeren, zelfstandig beslissen -*

Stichting Empower zet zowel mensen met een autisme spectrum stoornis/ADHD als hun pedagogisch medewerkers in hun kracht. Het symbool van onze stichting staat voor opplussen; streven naar verbetering en groei in ontwikkeling vanuit succeservaringen. De jongere staat centraal tijdens de begeleiding. Wat en hoe wil iemand leren? Door te zorgen voor een goede vertrouwensband tussen jongere en pedagogisch medewerker, ontstaat een veilige sfeer waarin de jongere ontwikkelt op sociaal-emotioneel gebied en in praktische vaardigheden in het dagelijks leven.

### PRESENTIE THEORIE

Stichting Empower begeleidt vanuit de presentietheorie en -benadering van Prof. Dr. A. Baart. Hij studeerde andragologie, specialiseerde zich op het terrein van de praktische theologie en promoveerde in de wijsbegeerte.

De presentiebenadering gaat over het simpelweg er zijn voor de ander, zodat een vertrouwensrelatie wordt opgebouwd, de ander zich gezien en gehoord voelt en zich volwaardig mens voelt. Alleen al doordat er iemand is die je ziet als volwaardig mens, kan er beweging in de goede richting ontstaan. In de presentie benadering wordt die beweging niet afgedwongen, de ander hoeft niet te veranderen. Door de ander onvoorwaardelijk te accepteren, ontstaat er ruimte aan wat zich niet laat maken of afdwingen.

De presentiebenadering benadrukt sterk het belang van een houding van volledige acceptatie naar de ander toe. Mensen in een kwetsbare situatie worden vaak gewezen op alles wat niet deugt, wat anders moet en op waarin ze in negatieve zin afwijken van de norm. Deze houding benadrukt hun zwakte. Juist wanneer hulpverleners ze benaderen als volwaardig mens, zien ze hun eigen kracht weer en krijgen ze vertrouwen in de mogelijkheid om hun leven weer op een voor hun zinvolle manier in te vullen. Dat maakt ruimte voor menselijke verandering.

Bron: Prof. Dr. A. Baart Inleiding: een beknopte schets van de presentietheorie. Sociale interventie, 2003

## Ouderbegeleiding

Stichting Empower biedt ouderbegeleiding aan ouders/verzorgers die ondersteuning nodig hebben bij de opvoeding van hun kind/jongere met een autisme spectrum stoornis (ASS) en/of ADHD.

Tijdens de ouderbegeleiding wordt ouders/verzorgers aangeleerd om voor zichzelf en voor hun kind/jongere haalbare doelen te stellen. Samen met de ouderbegeleider wordt de juiste strategie gekozen voor de oplossing van een bepaald probleem/knelpunt tijdens de opvoeding. De doelstelling van de ouderbegeleiding is om ouders/verzorgers weer in hun kracht te zetten!



## Logeeropvang/kortdurend verblijf

*- Een veilig pedagogisch basisklimaat, dat is ons streven! -*

In het Empowerhuis in Hattem biedt Stichting Empower begeleiding binnen groepen voor kortdurend verblijf en logeeropvang doordeweeks, in weekenden en tijdens vakantieperiodes. Dankzij de prikkelarme omgeving komen jongeren tot rust en gaat de begeleiding over dat wat nodig is. Op maat gegeven, aan de hand van de leerdoelen van de jongere zelf. Wat iemand al wel kan, is de basis en van daaruit werken we verder. De groepen in het Empowerhuis zijn gesplitst naar leeftijd: van 8-12 jaar en van 13-17 jaar.

### DOEL

Centraal staat dat jongeren binnen hun groep leren om contact met leeftijdsgenoten te maken en te onderhouden. Ook wordt aandacht besteed aan het maken van afspraken en het houden aan deze afspraken. Er wordt gewerkt aan specifieke leerdoelen, die we samen vaststellen vanuit datgene wat iemand al kan. Kortdurende verblijven en logeeropvang fungeren daarnaast als respijtzorg voor ouders/verzorgers en familie.

## Beschermd wonen

*- Begeleiding op een plek waar je je thuis voelt, ons speerpunt! -*

Naast zelfstandig wonen met ondersteuning biedt Stichting Empower een beschermde woonruimte voor jongeren en jongvolwassenen met een autisme spectrum stoornis of ADHD. Deze vorm van wonen gebeurt op een plek waar jongeren zich thuis voelen.

De begeleiding wordt 24 uur per dag gedurende 7 dagen per week aangeboden in klein groepsverband met vaste begeleiders. Doel van de begeleiding is het stimuleren van zelfredzaamheid en zelfstandigheid in aanloop naar zelfstandig wonen (met ondersteuning). Bij de begeleiding kijken we als eerste naar wat iemand al kan. Vanuit deze vaardigheden werken wij vervolgens aan de verdere ontwikkeling van competenties en het bepalen van leerdoelen. De begeleiding en ondersteuning worden op maat gegeven.

### BEGELEIDINGSPLAN

Voordat een jongere/jong volwassene bij ons komt logeren/verblijven/wonen, wordt een kennismakingsgesprek met jongere en ouders gevoerd. Tijdens dit gesprek worden afspraken gemaakt over de begeleiding. Deze afspraken worden 6 weken na aanvang van zorg geëvalueerd en vastgesteld in een begeleidingsplan.





## Ambulante begeleiding

Sommige jongeren met een autisme spectrum stoornis (ASS) of ADHD hebben in het dagelijks leven wat meer ondersteuning nodig dan andere jongeren. Stichting Empower is hierin gespecialiseerd en biedt o.a. individuele begeleiding aan jongeren met ASS of ADHD. Deze begeleiding wordt doordeweeks en in weekenden aangeboden in de leeftijdscategorie van 6-30 jaar. Begeleiding gebeurt thuis of op een afgesproken locatie.

### EIGEN LEERDOELEN

Doel van de begeleiding is het stimuleren van zelfredzaamheid en streven naar zelfstandigheid. Bij de begeleiding kijken we eerst naar wat iemand al kan. Vanuit deze vaardigheden werken wij vervolgens aan de verdere ontwikkeling van competenties. Hiervoor werken we aan de hand van leerdoelen. De begeleiding en ondersteuning worden op maat gegeven.

### - Succeservaringen -

De jongere staat centraal tijdens de begeleiding. Wat en hoe wil iemand leren? Dankzij de opgebouwde vertrouwensband tussen jongere en pedagogisch medewerker, ontstaat er een veilige sfeer. Een omgeving waarin de jongere zich kan ontwikkelen op sociaal emotioneel gebied en op het gebied van praktische vaardigheden in het dagelijks leven. Succeservaringen opdoen en een gezonde levensstijl zijn hierbij ons uitgangspunt. Opplussen noemen we dat bij Stichting Empower!



## Trainingen

### WEERBAARHEIDSTRAINING: ROTS EN WATER

Word weerbaar en krijg zelfvertrouwen! Het weerbaarheidsprogramma Rots en water leert jongeren op een goede manier voor zichzelf op te komen en zelfverzekerder te worden. Een psycho-fysieke training, waarbij bewustwording en positieve sociale vaardigheden ontwikkeld worden. Hoe komt men over op een ander? En welk gevolg heeft het eigen gedrag?

### AUTISMEBEWUSTWORDINGSTRAINING

Autisme is uniek! Door een andere informatieverwerking uiten de kwaliteiten en beperkingen van een autisme spectrum stoornis zich bij elke persoon anders. Dit komt door een andere informatieverwerking.

*- Beleef autisme en word autismevriendelijk! -*

Meer weten over de gevoelswereld van iemand met een autisme spectrum stoornis (ASS)? Neem dan deel aan een workshop Autisme Beleving Circuit bij Stichting Empower en ervaar hoe de wereld er anders uit kan zien.

### WAT BETEKENT DIT OP HET WERK? OP DE SPORTCLUB? OP SCHOOL OF OPLEIDING?

Hoe zorgt u voor een autismevriendelijke omgeving? Hoe komt u tot een optimale samenwerking en haalt u de kwaliteiten van uw collega, sportmaatje of leerling naar boven?

# Sporten, de kracht van autisme!

Bewegen is belangrijk. Het geeft energie, een goed gevoel en zorgt voor het kwijtraken van spanning of een teveel aan energie. Sporten kan voor jongeren met een autisme spectrum stoornis (ASS)/ ADHD lastig zijn. Hoe kies je welke sport je leuk vindt? Hoe plan en organiseer je dit? Hoe maak je contact met anderen? Stichting Empower biedt sport op maat met verschillende sportgroepen voor hardlopen, voetbal en fitness.

**PEC Kicks ASS:** "PEC Kicks ASS" is een voetbalproject voor jongeren met autisme uit de regio Zwolle. PEC Kicks ASS is een initiatief vanuit PEC Zwolle United, de maatschappelijke tak van PEC Zwolle, en Stichting Empower. Veel amateurclubs zijn er niet op ingericht om op een verantwoorde manier met kinderen met een autisme spectrum stoornis te sporten. Het geeft vaak spanning over en weer, waardoor het plezier in voetbal verdwijnt. PEC Zwolle United verzorgt in samenwerking met Stichting Empower een wekelijkse voetbaltraining voor deze doelgroep met als doel deze jongeren uiteindelijk door te laten stromen naar de amateurclubs.

**Hardlooptgroep:** De looptgroep van Stichting Empower is in het leven geroepen om jongeren met een autisme spectrum stoornis in beweging te krijgen! De hardlooptgroep bestaat uit jongeren en begeleiders die gezamenlijk trainen en deelnemen aan de Zwolse hardlooptevenementen. Samen wordt er wekelijks op een verantwoorde manier getraind. Tijdens de training wordt er op een gezellige informele manier gewerkt aan persoonlijke (leer)doelen.



## VESTIGINGSADRES

Stichting Empower  
Dr. Eeftinck Schattenkerkweg 1  
8025 BW Zwolle

T 038 303 0128  
info@stichtingempower.nl  
www.stichtingempower.nl

