

Motiverende gespreksvoering bij cliënten met een lvb en woonhygiënische problematiek

Waarom deze handreiking

In de begeleiding van cliënten met woonhygiënische problematiek lopen gesprekken regelmatig vast. Begeleiders merken dat goede argumenten, uitleg of praktische oplossingen niet vanzelf leiden tot verandering. Integendeel: hoe harder er wordt getrokken, hoe meer weerstand kan ontstaan. Dit roept twijfel op. Moet je meebewegen of juist duidelijker zijn? Moet je afwachten of ingrijpen?

Woonhygiënische problematiek gaat zelden alleen over schoonmaken of opruimen. Het gaat ook over schaamte, autonomie, veiligheid, controle en de betekenis die cliënten hechten aan hun spullen en leefomgeving. Verandering vraagt overzicht, toekomstdenken en vertrouwen. Juist dit is voor veel cliënten met een lvb moeilijk.

Motiverende gespreksvoering (MGV) wordt in de literatuur veelvuldig genoemd als passende benadering bij hoarding en woonhygiënische problematiek, met name vanwege de centrale rol van ambivalentie, autonomie en motivatie. De onderbouwing hiervoor is voornamelijk theoretisch en praktijkgericht van aard. Hard effectonderzoek is beperkt, maar MGV sluit goed aan bij wat bekend is over het veranderproces bij deze doelgroep. Ook bij mensen met een lvb kan MGV helpend zijn om het contact werkbaar te houden en samen te bouwen aan motivatie en eigen regie, juist wanneer situaties complex zijn.

Motiverende gespreksvoering biedt geen snelle oplossing en is geen vervanging van afspraken, kaders of veiligheidsmaatregelen. Wat MGV wel kan doen, is een ingang bieden wanneer motivatie ontbreekt, wankel is of telkens wegzakt. Deze handreiking is bedoeld als ondersteuning daarbij. Niet als training, maar als uitnodiging tot verder kijken, oefenen en verdiepen.

Bekend, maar niet altijd bewust toegepast

Veel begeleiders geven aan dat zij MGV wel kennen, maar het niet altijd bewust inzetten in hun gesprekken. Vaak gebruiken zij losse onderdelen ervan, zonder de methode als geheel doelgericht toe te passen. Deze handreiking wil begeleiders aansporen MGV gericht in te zetten en kennis gericht op te frissen.

"Ik heb soms wel met cliënten dat ik niet meer weet wat ik moet zeggen of vragen."



Waarom motiveren bij woonhygiënische problematiek zo lastig is

Mensen met woonhygiënische problematiek beleven hun situatie vaak anders dan professionals. Wat voor de omgeving onveilig of onhoudbaar is, kan voor de cliënt vertrouwd, betekenisvol of noodzakelijk voelen. Spullen vertegenwoordigen herinneringen, houvast of identiteit. Tegelijkertijd ervaren veel cliënten schaamte en hebben zij negatieve ervaringen met bemoeienis of dwang.

Voor begeleiders speelt dat de druk hoog kan zijn. Er is verantwoordelijkheid voor veiligheid, leefbaarheid en soms ook voor externe eisen. Dit maakt het verleidelijk om te gaan uitleggen, overtuigen of overnemen. Juist dat vergroot echter de kans op weerstand en vastlopen.

Motiverende gespreksvoering helpt om dit spanningsveld te hanteren door motivatie niet af te dwingen, maar te ontlocken, en door samen te zoeken naar beweging die voor dit moment haalbaar is.

Wat motiverende gespreksvoering wel en niet is

Motiverende gespreksvoering is een gesprekshouding die uitgaat van samenwerking en gelijkwaardigheid. Jij bent expert op inhoud en veiligheid; de cliënt is expert over zijn eigen leven. MGV richt zich op het verkennen en versterken van motivatie, vooral wanneer iemand ambivalent is over verandering.

MGV is geen techniek om iemand over te halen en geen vervanging van duidelijke kaders of maatregelen bij onveiligheid. Ook is het geen garantie op verandering. Het vraagt oefening en reflectie, en werkt het best wanneer het bewust en afgestemd wordt ingezet.

Motiverende gespreksvoering: hoe ging dat ook alweer?

Motiverende gespreksvoering wordt door Miller en Rollnick beschreven als een samenhangend geheel van vier kernprocessen: engageren, focussen, ontlocken en plannen. Deze processen vormen geen stappenplan en verlopen niet lineair. In gesprekken wordt voortdurend heen en weer bewogen tussen deze processen, afhankelijk van wat de cliënt op dat moment nodig heeft.

Engageren

Engageren betreft het opbouwen en onderhouden van een samenwerkende werkerelatie. Het gaat om wederzijds vertrouwen, respect en afstemming. De begeleider toont oprechte interesse in het perspectief van de cliënt en sluit aan bij diens tempo en beleving. Luisteren staat centraal; corrigeren, overtuigen of sturen worden zoveel mogelijk vermeden. Engageren is geen fase die wordt afgerond, maar een doorlopend proces. Zodra de samenwerking onder druk komt te staan, vraagt dit opnieuw aandacht.



In de praktijk betekent dit vaak een expliciet niet-oordelende houding. Bijvoorbeeld door te benoemen dat het logisch is dat spullen betekenis hebben, of door gevoelens te valideren zonder daar direct iets aan te willen veranderen. Wanneer een cliënt zegt dat hij weet dat de woning een rommel is, maar niets kan weggooiden, kan het helpend zijn dit te reflecteren als een innerlijk conflict, in plaats van als onwil. Door erkenning en reflectief luisteren voelt de cliënt zich gehoord en ontstaat er meer ruimte om te spreken over de problematiek.

Focussen

Focussen gaat over het gezamenlijk richting geven aan verandering. In deze fase wordt verkend welk thema of welk gedrag centraal staat in het gesprek. Die focus ontstaat in dialoog en is niet iets wat de begeleider oplegt. Niet elk gesprek hoeft direct over verandering te gaan, en de gekozen focus kan in de loop van het traject verschuiven. Focussen helpt voorkomen dat gesprekken verzanden of dat cliënt en begeleider langs elkaar heen praten.

Ontlokken

Ontlokken vormt het hart van motiverende gespreksvoering. Hier wordt motivatie niet ingebracht door de begeleider, maar ontlokt bij de cliënt zelf. De begeleider nodigt de cliënt uit om te spreken over wensen, redenen, mogelijkheden en twijfels ten aanzien van verandering. Deze uitspraken, ook wel verandertaal genoemd, geven richting aan het proces. Ambivalentie wordt gezien als normaal. Weerstand is geen eigenschap van de cliënt, maar een signaal dat de begeleiding onvoldoende aansluit bij waar de cliënt zich bevindt.

Bij cliënten met woonhygiënische problematiek betekent ontlokken vaak dat er ruimte wordt gemaakt om hardop te twijfelen. De cliënt hoeft nog niet te willen veranderen. Door open en onderzoekende vragen te stellen, kan zichtbaar worden wat iemand enerzijds wil behouden en anderzijds anders zou wensen.

Voorbeelden van vragen en reacties die hierbij kunnen helpen zijn het verkennen van voor- en nadelen van de huidige situatie, het verbeelden van mogelijke verandering of het aansluiten bij eerdere ervaringen. Zo kan gevraagd worden wat het voor de cliënt zou betekenen als er meer ruimte in huis zou zijn, hoe het zou voelen als er weer bezoek kan komen, of hoe het eerder is gelukt om tijdelijk meer overzicht te creëren. Ook het selectief reflecteren van wat de cliënt belangrijk vindt, zonder dit te sturen, versterkt verandertaal.

Er zijn twee vormen van verandertaal:

1. Voorbereidende verandertaal: de wens om te veranderen, het idee dat het misschien lukt, het benoemen van voordelen, of het besef dat verandering nodig is.
2. Mobiliserende verandertaal: de wil om in actie te komen, het uitspreken van toewijding, of al genomen stappen.

Door deze uitspraken te herkennen en te versterken, help je de cliënt richting actie.



Plannen

Plannen komt pas aan de orde wanneer de cliënt zelf bereidheid en motivatie laat zien om stappen te zetten. In deze fase wordt samen verkend hoe verandering vorm kan krijgen. Het plan is concreet, haalbaar en afgestemd op de mogelijkheden van de cliënt. De begeleider ondersteunt bij het ordenen en concretiseren, terwijl de regie zoveel mogelijk bij de cliënt blijft. Plannen volgt op motivatie; het creëert die motivatie niet.

Praktische aandachtspunten in het gesprek

In gesprekken met cliënten met een lvb helpt het om taal eenvoudig te houden, regelmatig samen te vatten en de cliënt te vragen in eigen woorden te reageren. Structuur kan worden aangebracht door aan het begin van het gesprek af te spreken wat besproken wordt en wat het doel is.

Regie bij de cliënt betekent niet dat jij je verantwoordelijkheid loslaat. Het betekent dat je ondersteunt waar nodig, begrenst waar nodig en steeds blijft afstemmen wat op dit moment haalbaar is.

En nu...

Deze handreiking kan helpen om bewuster te kijken naar wat er in het gesprek gebeurt. Maar dit is alleen het begin. Verdieping ontstaat door oefenen, reflecteren en het bespreken van concrete casuïstiek met collega's. Motiverende gespreksvoering is een manier van werken die groeit door ervaring.

Binnen de meeste organisaties zijn e-learnings beschikbaar waarin je de basis van MGV kunt leren of je kennis weer even kunt opfrissen. Deze trainingen zijn laagdrempelig, praktijkgericht en blijken in de praktijk erg waardevol. Veel begeleiders geven aan dat het begeleiden van cliënten met vervuilings- of verzamelproblematiek erg ingewikkeld kan zijn. Het is dan lastig om het gesprek goed te starten of om focus te houden in het contact. Door de e-learning krijgen professionals weer heldere handvatten aangereikt die helpen bij het gestructureerd en doelgericht begeleiden van deze cliënten.

"De e-learning heeft me bewuster gemaakt van hoe ik het gesprek moet voeren met cliënten die een schoonmaakproblematiek hebben."

Praktische tips bij motiverende gespreksvoering met een LVB-doelgroep

Deze handreiking is ontwikkeld binnen het project **Opruimen & Schoonmaken (O&S)** en bedoeld ter ondersteuning van begeleiders die werken met cliënten met een lvb en woonhygiënische problematiek.

Communicatie

- Gebruik korte, eenvoudige zinnen.
- Vermijd abstracte begrippen.
- Check regelmatig of je begrepen wordt.
- Vraag de cliënt om dingen in eigen woorden terug te vertellen.

Structuur in het gesprek

- Maak samen een eenvoudige agenda.
- Bepaal één of twee concrete gespreksonderwerpen.
- Vat regelmatig samen waar jullie het over hebben.
- Werk met visuele of geschreven ondersteuning als dat helpt.

Motivatie versterken

- Stel open vragen over wensen, redenen of mogelijke voordelen van verandering.
- Herken en benoem verandertaal als de cliënt die gebruikt.
- Geef complimenten voor elke stap, hoe klein ook.

Veranderplan maken

- Werk van een groter doel naar haalbare subdoelen.
- Schrijf het plan samen op in eenvoudige taal.
- Gebruik bijvoorbeeld een stappenplan of een kaartje met afspraken.
- Geef de cliënt ruimte om keuzes te maken, maar bied ondersteuning waar nodig.

Regie bij de cliënt

- Vraag regelmatig: "Wat wil jij hiermee doen?"
- Geef alleen hulp als het echt nodig is.
- Moedig zelfstandigheid aan zonder de cliënt te overvragen.