**Vvb activiteiten - Groepsactiviteiten**

Linda van Klink, Koninklijke Visio

Welke activiteiten kun je zoal met cliënten met een visuele en verstandelijke beperking (VVB) of andere meervoudige beperking (MB of EMB) ondernemen? In deze aflevering uit de serie [Vvb activiteiten](https://kennisportaal.visio.org/nl-nl/documenten/vvb-activiteiten-overzicht) gaan we in op het werken met groepen.

Het kan soms een hele onderneming zijn om met een groep cliënten een gezamenlijke activiteit te ondernemen. Toch worden groepsactiviteiten vaak gedaan, bijvoorbeeld op de woning, dagbesteding, kinderdagcentra of school.

Bij het werken met een groep is er sociale interactie is tussen cliënten en kunnen ze van elkaar leren. Voor het werken met een groep is er minder personeel nodig.

In dit artikel geven we een aantal tips en voorbeelden waarmee je een groepsactiviteit tot een succes kunt maken. Benieuwd welke tips dat zijn en hoe je daar zelf mee aan de slag kan gaan? Lees dan snel verder.

# Wat verstaan we onder een groepsactiviteit?

Bij een groepsactiviteit is er sprake van een groep deelnemers die samen dezelfde activiteit ondernemen. De groepsgrootte kan daarbij sterk variëren en is afhankelijk van:

* Het aantal deelnemers, en
* Wat er mogelijk is bij het uitvoeren van de activiteit.

In dit artikel spreken we over een groepsgrootte van gemiddeld acht cliënten. We kiezen voor deze grootte omdat we dat in de praktijk vaak terugzien. De informatie in dit artikel kun je echter ook prima gebruiken bij kleinere of grotere groepen.

Je kunt groepsactiviteiten grofweg op twee manieren aanbieden. Bij de eerste manier wordt er door alle deelnemers aan dezelfde activiteit deelgenomen. Bij de tweede manier heeft elke individuele deelnemer een andere, eigen taak binnen het grote geheel. Welke vorm je het beste aan kan bieden is afhankelijk van het niveau van de deelnemers en wat ze zullen gaan doen.

In de regel zijn er meestal een of twee begeleiders die met de groep aan de slag gaan.

Een goede voorbereiding is het halve werk!

Als je als begeleider met een groep aan de slag gaat is het van essentieel belang om de activiteit goed voor te bereiden. Zo breng je rust en structuur in de groep, kun je meer tijd en aandacht besteden aan de cliënten en kom je minder snel voor verrassingen te staan.

We geven daarom de volgende tips als je gaat voorbereiden:

## 1. Verminder omgevingsgeluid

Zorg dat bijvoorbeeld de tv of radio uit staat. Maar zorg bijvoorbeeld ook dat de deur dicht is zodat er geen ongewenst geluid is wat voor afleiding kan zorgen.

## 2. Zorg voor goede verlichting

Probeer daarbij rekening te houden met bijvoorbeeld het type slechtziendheid. Te veel of te fel licht kan hinder veroorzaken.

[Lees meer over verlichting in huis](https://kennisportaal.visio.org/nl-nl/documenten/ergo-tips-verlichting-in-huis)

## 3. Kies de juiste plek voor de activiteit

Kies voor een vaste plek waar je de activiteit uitvoert. Let hierbij op de volgende zaken:

* Zorg dat je overzicht over de groep hebt. Ga bijvoorbeeld in een kring of aan een tafel zitten.
* Zorg voor zo min mogelijk afleiding uit de omgeving. Houd kasten gesloten en deuren dicht. Kortom, zorg voor een opgeruimde omgeving.
* Vermijd tegenlicht of lichthinder. Let dus ook op de positie van de werkplek ten opzichte van het raam en controleer of er geen sprake is van tegenlicht of verblinding.
* Zorg voor het geschikt meubilair om op te zitten.

## 4. Kies de juiste materialen

Zorg voor materialen waarmee je verschillende zintuigen kunt prikkelen. Denk hierbij aan materialen die een beroep doen op de tast (voelen), gehoor (luisteren), reuk (ruiken), visus (kijken) en eventueel oraal (smaak).

Je kunt ook materialen aanpassen zodat ze beter kunnen worden gebruikt tijdens de activiteit:

* Vergroot afbeeldingen, kleurplaten of spelonderdelen en druk ze af. Maak daarna met een stift de lijnen dikker als dat nodig is.
* Maak gebruik van kleurcontrasten om voorwerpen en materialen beter zichtbaar te maken.
* Maak materialen beter voelbaar, bijvoorbeeld door met pasta lijnen te accentueren of door er stof op te plakken.

## 5. Breng structuur aan

Maak gebruik van een vaste structuur om de activiteit te starten, uit te voeren en af te sluiten. Je kunt bijvoorbeeld begin en het einde aangeven door steeds een bepaald liedje te zingen of af te spelen. Of je laat dan steeds hetzelfde voorwerp voelen of zien.

## 6. Houd materialen binnen handbereik

Zorg dat de materialen die je tijdens de activiteit nodig hebt dichtbij liggen. Leg ze bijvoorbeeld in een box, zodat je tijdens de activiteit niet onnodig hoeft weg te lopen en daardoor misschien de aandacht van de groep verliest.

## 7. Breng variatie aan

Zorg ervoor dat je tijdens de activiteit verschillende vaardigheden afwisselt. Hierdoor vergroot je de alertheid van je cliënten en kun je aansluiten op de diverse niveaus in de groep. Varieer bijvoorbeeld tussen grove motoriek, fijne motoriek, luisteren, kijken en zingen.

## 8. Houd je cliënten betrokken

Zorg ervoor dat de cliënten tijdens de activiteit betrokken blijven. Je kunt dit doen door ze ook individuele aandacht te geven tijdens de groepsactiviteit.

# Voorbeeld 1: Voorlezen als groepsactiviteit

We gaan voorlezen nu uitwerken als voorbeeldactiviteit die je zowel bij kinderen als volwassenen kunt inzetten.

De beschrijving is zo gemaakt dat deze door 1 begeleider uit te voeren is. Ben je met twee begeleiders dan kun je makkelijker de taken verdelen en meer aandacht aan de cliënten geven.

Zoals je eerder al kon lezen is het belangrijk om te starten met een goede voorbereiding. We beschrijven daarom eerst kort welke materialen je nodig kunt hebben en hoe je deze kunt meenemen als je gaat voorbereiden. Daarna lees je hoe je de activiteit kan uitvoeren en afsluiten.

## Voorlezen - voorbereiding

* Als je gaat starten en afsluiten met een liedje:
  + Kies een passend kort liedje, eventueel een waarbij gebaren mogelijk zijn. Gebruik bijvoorbeeld [dit liedje op YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=6Z5m42DqDRE)
  + Zorg voordat je begint dat alle apparatuur klaar staat om het liedje te kunnen afspelen. Je kunt bijvoorbeeld een luidsprekersboxje op de telefoon aansluiten. Test vooraf even uit of het allemaal werkt.
* Kies een geschikt boek om uit voor te lezen:
  + Zorg dat je aansluit aan bij de belevingswereld en het ontwikkelingsniveau van de cliënten.
  + Maak gebruik van grote platen: kopieer belangrijke bladzijden op A3 papier. Maak daarna de tekening contrastrijker door met een dikke stift de randen te arceren. Eventueel kun je ook voor kiezen om het boek in meerdere exemplaren bij je te hebben zodat iedereen de afbeeldingen in het boek van dichtbij kan bekijken.
  + Kies voorwerpen die voorkomen in het boek en die je kunt gebruiken tijdens het voorlezen, bijvoorbeeld:
    - Ventilator (tast): wind maken
    - Koker met rijst (geluid): regen
    - Paraplu (visueel): regen
    - Knuffel (tast en visueel): Onderwerp van het verhaal
    - Zwembroek (tast en visueel): zwemmen
    - Bellenblaas (tast en visueel): water/ zomer
    - Enzovoorts…

Zodra alle materialen verzameld zijn in één box, kan de activiteit beginnen!

## Voorlezen - uitvoering

* Start: alle cliënten zitten in een kring samen met jou als begeleider. De box met materialen staat naast je. Start met het liedje, bijvoorbeeld door op de telefoon YouTube te openen en één cliënt op de ‘Play’ knop te laten drukken.
* Nu ga je alle cliënten een voor een langs. Maak even 1 op 1 contact en zing, klap of beweeg met het liedje mee. Je kan er ook voor kiezen om de cliënten die zich daarvoor lenen daarna een voorwerp in de hand te geven. Als jij dan bij andere cliënten bezig bent, heeft deze cliënt wat te doen. Op deze manier creëer je meer betrokkenheid, minder afleiding en is er mogelijk ook minder ongewenst gedrag.
* Je begint het voorlezen met het laten zien van het boek. Je laat bijvoorbeeld het boek bij de cliënten een voor een van dichtbij zien en voelen. Tegelijkertijd benoem je wat er op het boek te zien is.
* Tijdens het voorlezen laat je het boek met de voorgelezen pagina zien, of maak je gebruik van een grote plaat. Je kunt ook een cliënt vragen dit te vertellen of aan te wijzen om betrokkenheid te creëren. Ook kun je vragen stellen aan de cliënten over het voorgelezen onderwerp.
* Wanneer in het verhaal onderwerpen naar voren komen waar materialen bij gebruikt kunnen worden, kun je deze uit de box pakken. Afhankelijk van het niveau van de cliënt kun je er ook voor kiezen om deze het juiste materiaal uit de box te laten pakken. Ook dit materiaal kun je weer 1 op 1 aanbieden zodat de cliënt het materiaal even kan ervaren.

## Voorlezen - afsluiting

Als het boek uit is wordt het boek dichtgeklapt en samen met alle gebruikte materialen opgeruimd. Je kunt bijvoorbeeld alle cliënten iets in de box laten stoppen.

Als afsluiting start je wederom het liedje (laat weer één cliënt op ‘Play’ drukken) en ga je weer samen zingen, klappen of bewegingen maken.

## Meer weten over voorlezen?

Voor meer inspiratie en voorbeelden over voorlezen (individueel) kun je kijken op de website van Visio. Hier vind je onder meer tips en voorbeeld voorleesverhalen voor cliënten met een visuele en (ernstige) verstandelijke beperking.

[Ga naar de overzichtspagina Leesplezier](https://www.visio.org/nl-nl/professional/expertise/onderzoeken/lezen/projectpagina-leesplezier)

[Bekijk de Webinar van Visio en Passend Lezen over leesplezier](https://kennisportaal.visio.org/nl-nl/documenten/leesplezier-voor-jonge-kinderen-webinar)

Daarnaast kun je ook denken aan het sprekend boek:

[Lees meer over het sprekend boek](https://www.hetsprekendboek.nl/)

# Voorbeeld 2: Afwassen als groepsactiviteit

Een tweede voorbeeld dat we nu gaan uitwerken is de activiteit afwassen. We gaan hierbij uit van een groep cliënten die aan tafel zit om deze activiteit uit te voeren.

De beschrijving is zo gemaakt dat deze door 1 begeleider uit te voeren is. Ben je met twee begeleiders dan kun je makkelijker de taken verdelen en meer aandacht aan de cliënten geven.

Allereerst beschrijven we kort welke materialen je nodig kunt hebben en hoe je deze kunt meenemen als je gaat voorbereiden. Daarna lees je hoe je de activiteit kan uitvoeren en afsluiten.

## Afwassen - voorbereiding

Bij het voorbereiden van afwassen is vooral het verzamelen van de materialen een aandachtspunt. Afhankelijk van het niveau van de cliënten kan je ze ook in de voorbereiding al meenemen. Je kunt dan bijvoorbeeld iedere cliënt de taak geven om een of meerdere voorwerpen uit de keuken te halen totdat alle materialen op tafel aanwezig zijn. Is dit te lastig voor de cliënten, kies er dan voor om eerst de materialen op tafel te verzamelen en daarna pas de cliënten aan tafel te laten komen.

Wanneer je deze activiteit vaker uit gaat voeren kun je ook een vaste bak gebruiken waar de benodigde materialen al in zitten. Op die manier kun je de bak met alle benodigdheden in een keer pakken. Je kunt ook kiezen om meerdere ‘sets’ te hebben zodat je de groep kunt opsplitsen en er meer cliënten tegelijkertijd kunnen meedoen.

Deze materialen heb je in ieder geval nodig (en kun je in een box verzamelen):

* Afwasteil
* Kan met warm water
* Afwasmiddel
* Afwasborstel
* Sponsje
* Theedoeken
* Vuilniszak of stukje glijzeil. Deze gebruik je om de afwasteil op te zetten zodat deze makkelijker over tafel verplaatst kan worden. Gebruik bij voorkeur een contrasterende kleur met de afwasteil
* Grote handdoek (om gemorst water op te ruimen)

Daarnaast heb je nodig:

* Vuile vaat om af te gaan wassen (afhankelijk van het niveau van de cliënten kun je bijvoorbeeld kiezen voor onbreekbaar materiaal zoals plastic borden en bekers)
* Speaker en telefoon voor het afspelen van het liedje (optioneel)

## Afwassen uitvoering

* Start: iedereen zit om de tafel heen met in het midden alle materialen. Voordat we starten met de activiteit beginnen we met een vast ‘ritueel’. Bijvoorbeeld het luisteren of zingen van het [afwasliedje op YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=ujbcSyUF5qw).
* Kies er bijvoorbeeld voor om tijdens het liedje met elkaar mee te klappen, op tafel te tikken, te stampen, enzovoorts. Laat je cliënten vooral meedoen met de muziek!
* Nu kunnen we dan beginnen met afwassen. Vraag aan een van je cliënten wat hij of zij nodig heeft om te gaan afwassen. Bekijk daarna samen of datgene op tafel staat en ga het gesprek met de cliënten aan over wat er verder nog nodig is. Benoem de naam van de cliënt voordat je de vraag stelt, zodat de groep en de cliënt weet aan wie je de vraag stelt. Probeer elke cliënt op deze wijze te betrekken bij de activiteit.

* Laat vervolgens één cliënt een van de materialen pakken, of schuif het naar deze cliënt toe.
* Laat de afwasteil op de vuilniszak zetten zodat deze makkelijker over de tafel te schuiven is. Rouleer nu steeds de afwasteil naar de eerstvolgende cliënt zodat deze er telkens één ding aan kan toevoegen. De eerste cliënt doet bijvoorbeeld water in het afwasteiltje, de tweede doet het afwasmiddel erin, de derde en vierde doen de afwasborstel en het sponsje erin.
* Wanneer alle materialen gebruikt zijn kan er daadwerkelijk gestart worden met het afwassen. Je kunt nu op twee manieren gaan afwassen:
* **Manier 1:** Bij deze manier probeer je alle cliënten een voor een te betrekken door ze ieder één deeltaak te laten uitvoeren.

Je begin met de afwasteil voor de eerste cliënt neer te zetten. Nu laat je hem of haar er een vuile vaat indoen. Daarna wordt de afwasteil doorgeschoven en kan de volgende cliënt met de afwasborstel of het sponsje het gaan schoonmaken. De derde cliënt kan het er vervolgens uit halen en de vierde cliënt kan het tenslotte afdrogen.

Op deze wijze kun je taken afstemmen op de individuele mogelijkheden, hoeven cliënten niet lang te wachten en wordt er continue betrokkenheid van hen gevraagd.

* **Manier 2:** Mocht de afwisseling van de deeltaken van manier 1 juist voor onrust zorgen? Laat dan iedere cliënt afzonderlijk één vuile vaat afwassen: de vaat erin stoppen, schoon maken, eruit halen, afdrogen. Daarna gaat de afwasteil door naar de volgende cliënt om wederom weer een vuile vaat schoon te maken.
* Probeer tijdens de activiteit zoveel mogelijk gebruik te maken van de mogelijkheden van de cliënt! Heeft iemand een voldoende goede handfunctie om vuile vaat te kunnen schoon maken? Fijn! Deze cliënt kan het dan uitvoeren. Als de handfunctie echter beperkt is, dan kan deze cliënt wellicht wél deeltaken uitvoeren zoals de vuile vaat erin doen of juist eruit halen.

## Afwassen - afsluiting

Kies er bij de afsluiting bij voorkeur voor om de cliënten aan tafel mee te laten helpen met opruimen. Ze kunnen dan helpen met het wegbrengen van de schone vaat naar de keuken. Als dat niet gaat kun je dit (later) zelf doen.

De overige materialen kunnen weer terug in de box gestopt of in de kast opgeruimd worden. Afhankelijk van het niveau en de mogelijkheden van de cliënten kunnen ze meehelpen.

# Tips voor in de praktijk

Met bovenstaande voorbeelden heb je kunnen lezen hoe je een activiteit in een groep kunt aanbieden. Daarnaast zijn er nog veel tips om de individuele cliënt te betrekken en om na te gaan naar wat er wél mogelijk is:

* Benoem altijd de naam van de cliënt als je vragen stelt in de groep. Op deze wijze is het voor iedereen duidelijk aan wie de vraag gesteld wordt.
* Let op overzicht tijdens de activiteit. Maak op tafel gebruik van een opgeruimde werkplek die voor de cliënt overzichtelijk is. Kies er bijvoorbeeld voor om de losse materialen in een bak te doen en telkens alleen de materialen aan te geven waar op dat moment iets mee moet gebeuren.
* Let op het toepassen van contrast. Door te kiezen voor een witte afwasteil en een zwarte afwasborstel valt de afwasborstel meer op in het water met sop. Eventueel kun je de afwasteil nog meer laten opvallen door er een witte vuilniszak onder te leggen.
* Is er sprake van bijvoorbeeld een gezichtsveldbeperking, wees je dan ook bewust op welke plek je de materialen aanbiedt en hoeveel materialen er zichtbaar zijn in het gezichtsveld van de cliënt.
* Vertraag! Ga niet te snel in het uitvoeren van de activiteit. Vaak hebben cliënten meer tijd nodig om te ervaren en plaatsen wat er gebeurt voordat ze door kunnen naar de volgende stap.
* Behalve het werken aan tafel op het platte vlak, kan het in sommige gevallen juist beter zijn om verticaal te werken. Maak gebruik van een schuine werktafel waar de materialen op staan zodat deze beter zichtbaar zijn.
* Gebruik ondertitelen tijdens het werken. Lukt het de cliënt niet om fysiek even mee te helpen? Benoem dan wat je aan het doen bent en stel vragen aan de cliënt om deze betrokken te houden.
* Neem de tijd om je cliënten het materiaal te laten ontdekken. Laat ze bijvoorbeeld eerst het materiaal vasthouden en voelen voordat je gaat afwassen. Neem hier ook bewust de tijd voor.
* En als laatste tip, maak plezier met elkaar! Zorg voor een leuke en ontspannen activiteit zodat er met plezier op terug gekeken kan worden en dat de activiteit herhaald kan worden.

# Heb je nog vragen?

Mail naar [kennisportaal@visio.org](mailto:kennisportaal@visio.org), of bel 088 585 56 66.

Meer artikelen, video’s en podcasts vind je op [kennisportaal.visio.org](https://kennisportaal.visio.org/)

**Koninklijke Visio**

expertisecentrum voor slechtziende en blinde mensen

[www.visio.org](http://www.visio.org)