

Zelfregie/zelfmanagement: definiëring van 2 mensen in de kreukelzone

Truus Teunissen: Ik versta onder zelfregie & zelfmanagement het volgende : De keuzes van mijn beslissingen rond om ziekte en beperking neem ik op basis van mijn eigen ideeën en behoeften en de informatie en adviezen van anderen. Op basis van deze 2 soorten informatie en gevoelens maak ik een keuze voor mijn gedrag en leefstijl. Ik heb een idee over wat goed, verstandig, nuttig en nodig is voor mij maar ik beslis ook wanneer ik bewust hiervan af wil wijken omwille van vriendschap, netwerk sociale steun geven etc. De consequenties van mijn keuzes aanvaard ik dan ook zelf: bv meer medicijn ontsporing exacerbaties etc. Ik focus op de kwaliteit van leven en op wat ik wel kan en accepteer de negatieve consequenties die er soms aan vast zitten De keuze om mee te willen doen in de samenleving maak ik zelf. Ieder mens heeft in mijn visie een plicht om zoveel als mogelijk gezond te blijven dus ook mensen met een ziekte/beperking. Ik weet wat leven met een ziekte/beperking betekent voor mij maar vraag advies over zaken waar ik geen kennis over heb zoals medisch biologische technische zaken. Randvoorwaarde voor zelfregie en zelfmanagement: het intact zijn van mijn verstandelijk vermogens.

Coleta Platenkamp: Zelfregie betekent dat ik in mijn leven allerlei beslissingen neem en zelf bepaal wat voor mij belangrijk is. Hoewel die keuzes en beslissingen vaak bepaald worden door een aanbod dat er is en de keuzes die je dan kunt nemen: ik ben daarin afhankelijk en gevormd, en soms word ik beperkt door geïntegreerde culturele/ sociale/ maatschappelijke/medische etc. waarden en normen van mijzelf, mijn directe omgeving, en onze samenleving die sinds de globalisering vele invloeden kent. Ik ga daarbij niet uit van een maakbare samenleving maar van een lerende samenleving, waarbij veel geleerd kan worden van alle deelnemers. Of er een verschil is tussen zelfregie en zelfmanagement: Als we de zaken op scherp zetten dit: in het woord zelf *regie* zit dat jij de regisseur bent, bepaalt hoe een en ander loopt en eruit ziet. Dat hoef je niet allemaal zelf te doen, dat is te delegeren, steeds in overleg, terwijl jij de baas bent. Bij zelf *management* ben je aan het managen, meer bezig zaken voor elkaar te krijgen, maar ook een manager kan delegeren. Die hoeft echter niet de eindregie te hebben. Zelfregie en zelfmanagement doe je je hele leven al. Dat kan niet goed zijn gegaan, aanvullingen nodig hebben, maar het is niet iets nieuws dat uit de lucht komt vallen en patiënten/cliënten binnen de zorg aangeleerd moeten krijgen. Dat is ook veel te eng, en ook nog eens alleen vanuit de zorg bekeken. Het moet bij mijn leven passen en dus moet ook geleerd worden over onderdelen van mijn zelfregie/ zelfmanagement, die ik uitvoer om mijn leven een goed leven te laten zijn. Als ik, om wat voor reden dan ook niet in staat ben zelf regie te hebben over leven, lijf en leden, dan heb ik een waarnemer die mijn zelfregie kent, van mij mag beheren en coördineren, soms zelfs overnemen.