# Probleem formuleren met de PES formule + Hulpvragen formuleren

## Wat is de PES formule

Gebruik je als hulpmiddel bij het goed formuleren van een probleem

**P**robleem: Wat is het probleem?

**E**thiologie: Wat zijn de oorzaken?

**S**ymptomen: Wat zijn de verschijnselen?

## Wanneer gebruik je de PES formule

Binnen de Methodische cyclus ga je bij stap 2 een hulpvraag formuleren voor een kind. Om dat goed te kunnen doen moet je precies weten wat het probleem is waar het kind last van heeft. Om dat goed te achterhalen kun je de PES formule goed gebruiken. Het is oorspronkelijk afkomstig uit de zorg / verpleging, maar is ook toepasbaar in andere situaties waar je een zorg- / begeleidingsplan schrijft.

Door structureel op zoek te gaan naar de *kern* van een probleem heb je beter in beeld wat nu precies de hulpvraag is van een kind. Als je het probleem en de hulpvraag goed in beeld hebt kun je daarna beter het doel vaststellen wat je wilt behalen en daar een plan van aanpak op maken.

## Hoe werkt de PES formule

**Probleem**:

Wat wordt er eigenlijk verstaan onder een probleem?

*Een probleem is een bestaande situatie die afwijkt van een gewenste situatie, waar het kind of anderen last van ervaren.*

Om een probleem aan te pakken vraag je jezelf eerst 3 dingen af:

1. *Wie heeft het probleem?*

Is het een probleem van het kind? De ouders? De begeleiders? Het is belangrijk om je dat te realiseren. Dat maakt uit in je plan van aanpak. Als het kind een probleem zelf niet als een probleem ervaart is het moeilijk het kind te motiveren om te werken aan verandering.

1. *Is het probleem oplosbaar?*

Sommige problemen kun je niet oplossen omdat je daar als PM-er geen invloed op hebt.

1. Je hebt geen bevoegdheid tot ingrijpen
2. Het probleem hoort tot het taak gebied van iemand anders
3. Het valt buiten de grenzen van de instelling

Bijvoorbeeld als er sprake van armoede is in een gezin ervaart een kind wel degelijk een probleem, maar kun jij dat als PM-er / kinderopvangorganisatie niet oplossen. Het ligt buiten jouw macht / bevoegdheid. Dan kun je er ook geen plan van aanpak voor maken.

1. *Gaat het om een echt probleem of een ervaren probleem?*

Een echt probleem vraagt indien mogelijk om oplossingen.

Maar het kan zijn dat jij zelf van mening bent dat er geen probleem is. 🡪 Als het kind (of ouders) een probleem ervaart is dat wel iets wat je *serieus* moet nemen en bespreken. Bijvoorbeeld als ouders bang zijn dat hun kind een achterstand heeft, terwijl jijzelf denkt dat er niets mis is met de ontwikkeling van het kind. Dan is het belangrijk de ouders duidelijk te maken dat het kind zich normaal ontwikkelt, maar dat bijvoorbeeld de ontwikkeling op het ene gebied wat sneller of langzamer gaat dan op het andere gebied en dat dat heel normaal is.

Omdat je de beginsituatie goed in beeld hebt gebracht (in stap 1) heb je een goed beeld gekregen wat precies het probleem is. Ook heb je daardoor in de gaten hoe urgent het probleem is. Oftewel hoe belangrijk het is om aan het probleem te werken.

Zo niet, moet je terug naar stap 1 en aanvullende gegevens verzamelen, bijvoorbeeld door observatie.

**Etiologie:**

Als je het probleem helder hebt ga je kijken waar het probleem vandaan komt. Wat is de oorzaak van het probleem? Welke factoren veroorzaken het probleem of hebben er sterke invloed op? Ligt het in de ontwikkeling? Is er iets aan de hand in de thuissituatie? Is het kind lichamelijk niet in orde?

Heeft er een gebeurtenis plaatsgevonden waar het kind last van heeft? Enzovoorts. Je probeert hier verder te kijken dan je neus lang is. Hoe beter jij weet wat een probleem veroorzaakt, hoe beter je een juiste aanpak kan bedenken.

**Symptomen:**

Hoe uit het probleem zich? Wat zijn de symptomen of verschijnselen die je ziet bij het probleem. En welke last ervaart het kind daarbij. Bijvoorbeeld een kind was al zindelijk, maar plast nu weer heel regelmatig in zijn broek.

Als je dit alles goed op een rijtje ga je het probleem beschrijven. Hierbij let je erop dat:

* Je de volgorde van de ***PES*** aanhoudt
* Je de symptomen beschrijft in ***waarneembaar*** ***gedrag***
* Je het probleem beschrijft in ***begrijpelijke taal***
* Je het probleem van ***het kind*** beschrijft (dus niet het probleem van de begeleider)
* Het gaat om een ***actueel*** probleem (wat nu speelt) of een ***potentieel*** (iets wat een probleem zou kunnen worden als je er niks aan doet)
* Er mogelijkheden zijn om te werken aan het probleem zodat er verbetering kan optreden en het kind er minder last van gaat ervaren.

## Na het formuleren van het probleem …..

Als je het probleem goed hebt vastgesteld ga je over tot het formuleren van de **hulpvraag** van het kind die hoort bij het geformuleerde probleem.

Oudere kinderen kunnen (eventueel met jouw hulp) zelf een hulpvraag formuleren. Voor de jonge kinderen zal je als PM-er zelf moeten inschatten wat de hulpvraag is van het kind en deze voor het kind formuleren.

In de hulpvraag beschrijf je

waar heeft het kind *behoefte* aan heeft,

waarin het kind zich moet *ontwikkelen* en

waar het kind *begeleiding* bij nodig heeft

Hulpvragen kunnen liggen op verschillende gebieden:

* **Zelfredzaamheid en zelfstandigheid**: leer mij zelfstandig te kunnen lopen, leer mij om mijn veters te strikken
* **Sociale redzaamheid, sociale contacten**: help mij om samen te spelen, help mij om te praten in een groep
* **Ontwikkeling stimuleren**: help mij om zelf te leren fietsen
* **Gedragsverandering**: help mij niet gelijk boos te worden

Bij de hulpvraag formuleer je deze altijd vanuit het kind. Je begint de zin met:

Help mij …., Leer mij …., Begeleid mij ….., Stimuleer mij ….., Ondersteun mij …..

Daarna beschrijf je ***concreet*** de ***behoefte*** aan hulp / ondersteuning.