

Factsheet PRPP bij Zelfregulerend Handelen

Wat is het PRPP-Systeem bij Zelfregulerend Handelen?

Het PRPP-Systeem staat voor; Perceive – Recall – Plan – Perform Systeem van Taakanalyse en Interventie. Oftewel een systeem bestaande uit een assessment en interventie gericht op het cognitieve proces van informatieverwerking, bestaande uit waarnemen, herinneren, plannen en uitvoeren. Het PRPP-Systeem bij Zelfregulerend handelen gebruikt dit zelfde systeem maar transfereert het van het activiteitsniveau naar het niveau van 'zelfregulerend handelen'. Dit betekent dat niet de activiteit onderwerp van analyse en behandeling is, maar dat het gedrag van zelfregulerend handelen de focus heeft.

Wat is Zelfregulerend Handelen?

Zelfregulering is het vermogen om goede keuzes te maken uit de eigen gedragsmogelijkheden en deze gedragingen zelf of samen met anderen te realiseren, evalueren en verbeteren. Zelfregulerend handelen betekent dat een persoon een activiteit doelgericht kan uitvoeren en daarbij verantwoordelijke keuzes kan maken voor zijn/haar eigen handelen. Denk hierbij aan:

- Planning en timemanagement
- Afspraken maken en nakomen
- Systematisch en georganiseerd te werk gaan
- Passend (sociaal) gedrag vertonen
- Grenzen kunnen aanvoelen en ernaar handelen
- Reflecteren, omgaan met feedback
- Reguleren van prikkels

Bij wie kan het PRPP-Systeem bij Zelfregulerend Handelen worden toegepast?

Het PRPP-Systeem kan gebruikt worden bij mensen van elke leeftijd, elk geslacht, elke diagnose en elke culturele achtergrond waarvan het handelen in het gedrang komt door problemen met de cognitieve eisen die handelingen en contexten stellen.

De focus op zelfregulerend handelen is vooral geschikt bij cliënten die activiteiten in basis prima kunnen uitvoeren, maar waarbij je toch ander (gezonder) gedrag wilt zien. Bijvoorbeeld omdat ze anders op lange termijn de taken niet meer kunnen uitvoeren. Denk aan een cliënt met een beperkte belasting-belastbaarheid; het stapelen van activiteiten of het te weinig pauzes nemen tijdens een activiteit zal uiteindelijk leiden tot een nog verminderde belastbaarheid.

Wat is het doel van het PRPP-Systeem bij Zelfregulerend Handelen?

Het doel is om het zelfregulerend handelen in kaart te brengen en te verbeteren. Met het PRPP-Assessment ontstaat er inzicht in de mate waarin iemand in staat is gezonde en/of passende keuzes te maken afgestemd op zijn eigen mogelijkheden, beperkingen en context. Middels de PRPP-Interventie wordt het zelfregulerend handelen verbeterd.

Waar vind ik meer informatie?

Voor meer informatie kunt u <http://www.prppstelsysteem.nl> raadplegen.

