

## Het instrument INVRA

Competentieontwikkeling  
dé sleutel tot zelfregie



Bureau Invra

Postbus 158  
8090 AD Wezep

Telefoon: 038 3759939


E-mail: [info@invra.nl](mailto:info@invra.nl)  
Website: [www.invra.nl](http://www.invra.nl)





## Inhoud

INVRA zet mensen in hun eigen kracht	5
Competentieontwikkeling	6
Wetenschappelijk getoetst	7
Certificering	7
Werken met de INVRA instrumenten	9
INVRA-Wonen	9
INVRA-Ouderschap	12
INVRA-Arbeid	15
Managementmodule	19



Door de inzet van de menslievende  
attitude, visie en instrumenten van  
Bureau Invra staan er iedere dag  
meer mensen krachtiger,  
zelfstandiger en  
gelukkiger in  
het leven.

## INVRA zet mensen in hun eigen kracht

Wat heeft een mens nodig voor een fijn en gelukkig bestaan? Vele filosofen en wetenschappers hebben zich hier jarenlang over gebogen. Uit diverse onderzoeken blijkt dat er drie basisbehoeften zijn die ieder mens, waar ook ter wereld, graag vervuld ziet voor een gelukkig bestaan:

1. Autonomie of zelfsturing
2. Talent- of competentieontwikkeling
3. Verbonden zijn of zich verbonden voelen

De INVRA (INventarisatie Van Redzaamheid Aspecten) instrumenten dragen bij aan het vervullen van deze drie basisbehoeften door in te zetten op competentieontwikkeling en het versterken van eigenwaarde.

De instrumenten gaan uit van de competenties die iemand heeft. Door de competenties objectief te beoordelen, leveren ze waarde voor de betrokkene zelf én organisaties (zorginstellingen, onderwijs-

instellingen, etc.). Het in hun kracht zetten van mensen zorgt voor meer zelfregie, zelfsturing maar vooral meer eigenwaarde en geluk. Onderzoek wijst uit dat gelukkige mensen minder zorg vragen en minder vaak ziek zijn.

De inzichtelijke INVRA instrumenten lenen zich uitstekend voor: reflectie, observatie, communicatie, motivatie, indicatie, evaluatie en kwalificatie toepassingen.

De INVRA instrumenten zijn beschikbaar als web applicatie voor wonen (INVRA-Wonen), ouderschap (INVRA-Ouderschap) en arbeid (INVRA-Arbeid). De focus binnen ieder INVRA instrument ligt op de aanwezigheid en ontwikkeling van competenties. Daarbij spelen positieve psychologie en geluksgericht werken een belangrijke rol.





“ Ik heb lang gedacht dat er voor mij geen toekomst was, nu woon ik op mijzelf, nooit gedacht dat ik dat zou halen! Ik heb heel veel geleerd met INVRA.

- Esther (woont zelfstandig)

## Competentieontwikkeling

De instrumenten van INVRA laten betrokkene aan de hand van visuele overzichten zien welke competenties er nodig zijn voor bepaalde situaties en welke competenties zij reeds inzetten (laten zien).

Een INVRA wordt (waar mogelijk) altijd samen met de betrokkene ingevuld en besproken. Dit geeft een helder inzicht in de competenties die iemand reeds inzet, maar ook in de competenties die iemand nog kan gaan benutten. Aan de hand van een INVRA afname kan er samen met de

betrokkene een trainings- of ontwikkelplan worden opgezet. Door de INVRA instrumenten regelmatig in te zetten, krijgt de betrokkene inzicht in zijn eigen competentieontwikkeling. Het instrument stimuleert zo de eigen motivatie om te ontwikkelen. Dit vertaalt zich naar meer zelfregie en zelfsturing. Dit biedt de volgende mogelijkheden voor de betrokkene:

Met **INVRA-Wonen** komt een zelfstandig bestaan in zicht.

Met **INVRA-Arbeid** werk je aan talentontwikkeling. Wanneer je een baan hebt, voel je je verbonden en van betekenis.

**INVRA-Ouderschap** geeft inzicht in welke competenties nodig zijn voor verantwoord ouderschap, hiermee komt het stichten van een gezin in beeld

## Wetenschappelijk getoetst

De INVRA instrumenten worden inmiddels jaren lang succesvol ingezet door kleine en grote organisaties binnen verschillende branches zoals o.a.: zorg, onderwijs, arbeidstoeleiding en het sociaal domein. Aan de basis van alle INVRA instrumenten ligt empirisch onderzoek. INVRA-Wonen en INVRA-Arbeid zijn wetenschappelijk getoetst en vastgesteld. Er is onder andere getoetst op interbeoordelaarsbetrouwbaarheid en interne consistentie. Door de jarenlange succesvolle inzet in de praktijk hebben de instrumenten zich bewezen als betrouwbare en valide instrumenten (evidence based practice).

## Certificering

Om verantwoord met INVRA te kunnen werken en de kwaliteit te waarborgen volgen INVRA gebruikers een tweedaagse training. In deze training leert de gebruiker o.a. te werken vanuit de waarden gestuurde visie van INVRA. Daarnaast zal de gebruiker leren hoe en waar het instrument ingezet

kan worden. Aan het eind van de training hebben gebruikers voldoende kennis en kunde voor een verantwoorde praktijk toepassing. Dit leidt tot certificering en registratie van de gebruikers.

“Door met INVRA te werken kijk ik nu veel meer naar competenties dan naar gebreken en besef ik steeds meer hoe vervelend het is anderen steeds op hun gebreken te wijzen!

- Nico (begeleider)





## Werken met de INVRA instrumenten

### ZUDA

Om de kwaliteit en betrouwbaarheid van het instrument te waarborgen hanteert een gecertificeerde INVRA gebruiker altijd de ZUDA methode. Volgens dit principe stelt de gebruiker vast of de betrokkene een competentie **Z**elfstandig, **U**it zichzelf, **D**oorgaans en **A**ceptabel toepast.

### Methodiek Op Eigen Benen

Bureau Invra ontwikkelde de leermethode Op Eigen Benen. Uitgangspunten (waarden) voor deze methode zijn gelijkwaardigheid, respect, optimisme, hoop, vertrouwen en de erkenning van de eigenheid van ieder mens. De leermethode Op Eigen Benen focust zich op aanwezige krachten, aanleg en talenten. Het is een vorm van positieve psychologie waarbij de aandacht wordt gericht

op de sterke kanten van de mens. Maak mensen niet afhankelijk maar breng hun eigen innerlijke drive op gang waarmee zij zichzelf gaan helpen! Op Eigen Benen doet dit door mensen inzicht te geven in eigen aanwezige competenties en door vaardigheden aan te leren waarbij zij onderzoekt en aansluit bij waar mensen goed in zijn.

De INVRA instrumenten worden optimaal ingezet in combinatie met de leermethode Op Eigen Benen.

## INVRA-Wonen

Voor het voeren van een zelfstandig bestaan

Voor INVRA-Wonen toont onderzoek aan welke competenties de meeste Nederlandse volwassenen gebruiken voor het voeren van een zelfstandig bestaan. Daaruit zijn voor INVRA-Wonen 114 competenties geselecteerd. Deze zijn onderverdeeld in vijf categorieën. Als zesde is er de categorie Eigenwaarde. Deze categorie is gericht op eigenschappen die te maken hebben met zelfkennis

en eigenwaarde. Het besef en/of de ontwikkeling van deze eigenschappen zijn erg belangrijk voor zelfsturing en draagkracht.

### **Invullen van INVRA-Wonen**

Een INVRA gecertificeerde gebruiker vult (waar mogelijk) samen met de betrokkene de volledige INVRA-Wonen vragenlijst in. Hierbij wordt gekeken welke competenties er op dat moment adequaat toegepast worden in het dagelijks leven. De vragen worden volgens de ZUDA methode beantwoord.

### **Het resultaat**

Aan de hand van het (visuele) resultaat van een volledig ingevulde INVRA-Wonen vragenlijst wordt er samen met de betrokkene gekeken naar het resultaat en kunnen er afspraken voor een trainings- of ontwikkelingsplan worden gemaakt. Met inzicht in de competenties bij zichzelf, in vergelijking met wat de meeste mensen gebruiken, motiveert dit de betrokkene om een competentie te ontwikkelen of toe te passen.

## De categorieën van INVRA-Wonen

### **Zelfzorg en gezondheid**

Competenties voor hygiëne van lichaam, kleding en gezondheid.

### **Huishoudelijke competenties**

Competenties om jezelf te voorzien van eten en drinken, je kleding en je huis te onderhouden.

### **Cognitieve competenties**

Competenties die in onze samenleving worden gebruikt op het gebied van taal, cijfer en symbool.

### **Maatschappelijke competenties**

Competenties om je te redden buiten de directe woonomgeving of de mobiliteit in de samenleving.

### **Omgaan met anderen**

Competenties om op adequate wijze om te gaan met andere mensen, om iets voor anderen te doen, te verbinden en te geven, oftewel sociale vaardigheden.

### **Eigenwaarde**

Eigenschappen die te maken hebben met kennis over, vertrouwen in en waardering over jezelf.

## Het INVRA-Wonen overzicht

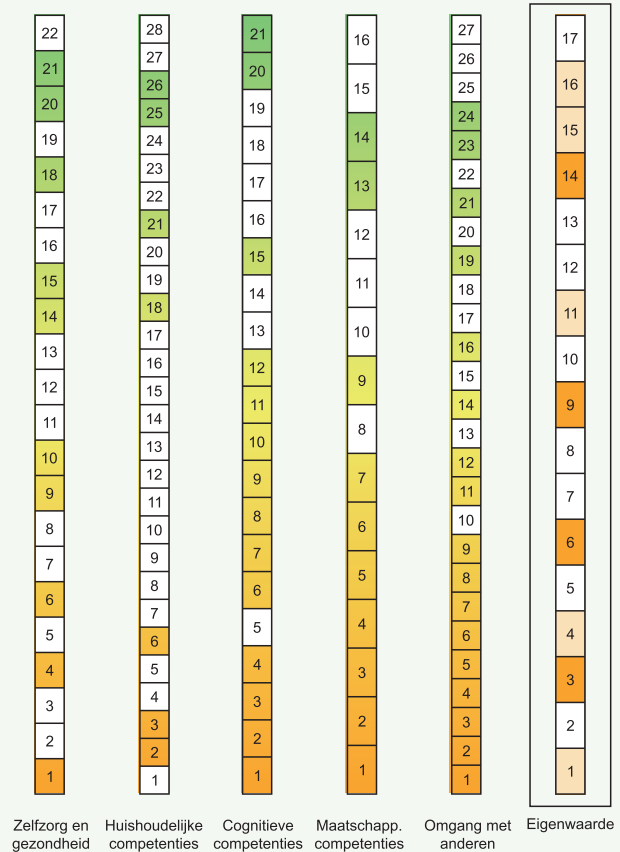
INVRA-Wonen geeft inzicht in de competenties die de betrokkene nu gebruikt in de eigen woonsituatie.

De blokjes op INVRA-Wonen zijn competenties die door de meeste mensen worden gebruikt om zelfstandig te wonen.

Ieder getal is één competentie. Bijvoorbeeld nummer 1: Poetst de tanden dagelijks.

Gekleurde blokjes zijn de competenties die de betrokkene toepast, witte blokjes zijn competenties die de betrokkene (nog) niet toepast.

Een gekleurd blokje in de kolom Eigenwaarde geeft aan of de betrokkene een bepaalde eigenschap (een beetje) heeft.





## INVRA-Ouderschap

Voor de invulling van verantwoord ouderschap

INVRA-Ouderschap is een inlegvel van INVRA-Wonen dat ouderschapscompetenties in kaart brengt. De achterliggende gedachte van dit instrument is dat maximale inspanning moet worden verricht om uithuisplaatsing van kinderen te voorkomen.

Er zijn in Nederland een groeiend aantal gezinnen waarbij ouders niet of nog niet de noodzakelijke verzorging en opvoeding aan hun kind(eren) kunnen geven. Voor deze ouders is een cursus of een boek over opvoeden vaak niet afdoende om zich te ontwikkelen tot verantwoord ouderschap. Kinderen uit huis halen lijkt vaak het enige alternatief als de noodzakelijke veiligheid, hygiëne en structuur niet meer door ouders gegarandeerd kunnen worden. INVRA-Ouderschap geeft ouders inzicht in wat

zij op dit moment aan ouderschapscompetenties toepassen en anderzijds welke ouderschapscompetenties nodig zijn voor verantwoord ouderschap. INVRA-Ouderschap zet in op zelfsturing van de ouders bij de verzorging en opvoeding van hun kind(eren). Met behulp van positieve reflectie en ontwikkeling van ouderschapscompetenties gaan ouders in hun eigen opvoedingskracht geloven. Dit geloof vormt een goede basis voor verdere ontwik-

“Sinds ik met INVRA werk sta ik heel anders in het leven! Niet alleen in mijn werk maar ook mijn opvoeding en mijn relatie zijn veranderd. Waar ik eerst bijna alles overnam laat ik nu mensen, ook mijn kinderen, zelf nadenken over een oplossing voor hun problemen.

- Elise (manager)

keling en groei naar verantwoord ouderschap. Op deze manier wordt positief ingezet op het versterken van de positie van ouders in ontwikkeling om uithuisplaatsing van hun kind(eren) te voorkomen. Het draagt bij aan het geluk van mensen en de kosten voor de samenleving nemen af.

### **Van verzorgen naar stimuleren naar coachen**

De gevraagde competenties van ouders veranderen naar mate het kind in een andere ontwikkelfase komt. De opvoeding verandert langzaam van verzorgen naar stimuleren van zelf denken en handelen tot alleen nog coachen. In INVRA-Ouderschap zijn de ouderschapscompetenties voor zorg en opvoeding daarom onderverdeeld in drie leeftijdsfasen van het kind.

Van 0 tot 5, van 5 tot 12 (basisschoolleeftijd) en van 12 tot 18 jaar (pubertijd).

Er zijn vijf categorieën met ouderschapscompetenties. De zesde categorie bevat eigenschappen over de mentale stabiliteit van de ouder(s).

## De categorieën van INVRA-Ouderschap

### Verzorging en gezondheid

Competenties voor de verzorging van de primaire basisbehoeften zoals voeding, hygiëne, kleding, slaapomgeving en ook het uiten van positieve aandacht en zorg voor het kind.

### Huishoudelijke competenties

Competenties voor de verzorging van de huishouding rondom het kind.

### Cognitieve competenties

Competenties waarbij kennis of inzicht een grote rol spelen. Zaken als plannen en organiseren, kennis over de ontwikkeling van het kind.

### Maatschappelijke competenties

Competenties om zich te redden met het kind buiten de directe woonomgeving.

### Sociale omgang

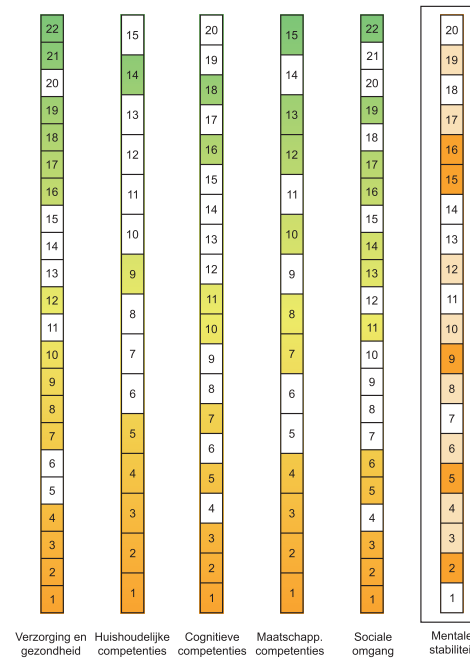
Competenties om op een vriendelijke, warme wijze om te gaan met het kind.

### Mentale stabiliteit

Het vermogen om rust en ritme aan te brengen bij zichzelf, in de eigen omgeving en die van het kind. Vermogen om zichzelf in evenwicht te houden of het evenwicht te herstellen als zich in de opvoeding of verzorging niet voorziene zaken aandienen.

## Het INVRA-Ouderschap overzicht

Gekleurde blokjes zijn competenties die ingezet worden, witte blokjes zijn competenties die (nog) niet ingezet worden.





“Mijn allergrootste droom was werken bij Albert Heijn. Met INVRA is dat gelukt! Laatst belde mijn chef mij om te vragen of ik extra kon werken, omdat ze mij nodig hadden. Wauw!

- Floris (vakkenvuller)

## INVRA-Arbeid

Om op een werkplek zelfstandig te werken

Voor INVRA-Arbeid is op drie werkniveaus onderzocht welke algemene werknemersvaardigheden de meeste werkgevers vragen van hun werknemers. Deze werknemersvaardigheden zijn onderverdeeld in drie categorieën in het instrument.

### Invullen van INVRA-Arbeid

Een INVRA gecertificeerde gebruiker vult samen met de betrokkene de volledige INVRA-Arbeid vragenlijst in. Hierbij wordt gekeken welke competenties er op dat moment adequaat toegepast worden op de werkplek. De vragen worden beantwoord op

basis van drie ontwikkelniveaus (volgens de ZUDA methode).

De drie ontwikkelniveaus zijn:

- Beginnende ontwikkeling van de competentie Competenties in een leerwerktraject
- Gevorderde ontwikkeling van de competentie Competenties voor beschut/vrijwillig werk
- Geoefende competentie Competenties voor (deels) betaald werk (Geschikt voor de arbeidsmarkt)

### Het resultaat

Aan de hand van het (visuele) resultaat van een volledig ingevulde INVRA-Arbeid vragenlijst wordt er samen met de betrokkene gekeken naar het resultaat en kunnen er afspraken voor een trainings- of

ontwikkelingsplan worden gemaakt.

Omdat de betrokkene een helder inzicht krijgt in de eigen competenties én inzicht in wat nodig is voor een bepaalde werkplek, motiveert dit om een competentie te ontwikkelen en toe te passen.

“ Als begeleider heb je snel de neiging om mensen iets op jouw manier te laten doen. Doe je op zo'n moment echter een stapje achteruit, dan komen mensen vaak zelf met hele goede ideeën. Juist dát vergroot de zelfredzaamheid.

- Hanny (begeleidster)

## De categorieën van INVRA-Arbeid

### **Arbeidsprestaties**

Competenties die direct van invloed zijn op het product dat wordt gemaakt of de dienst die wordt geleverd.

### **Motorische competenties**

Competenties die in verband staan met lichamelijke aspecten en met het automatiseren van handelingen, denk aan technieken en tactieken.

### **Arbeidshouding**

Competenties en gedragingen op de werkplek en in de omgang met anderen, collega's en leidinggevenden.

## Het INVRA-Arbeid overzicht

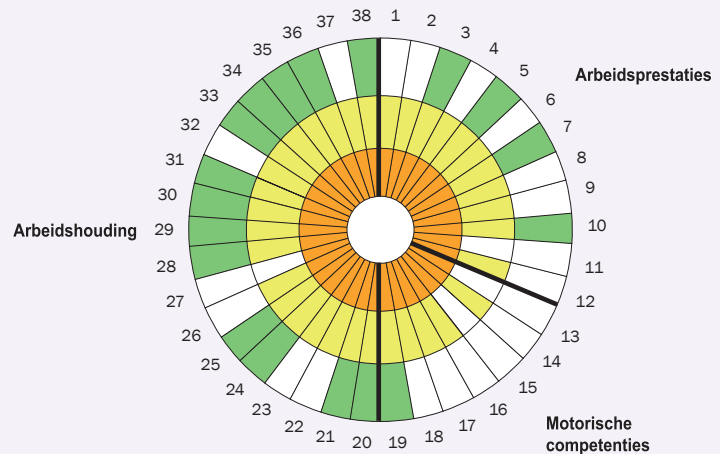
Het INVRA-Arbeid overzicht geeft inzicht in de competenties die iemand gebruikt of nodig heeft op een bepaalde werkplek.

De cirkel is verdeeld in drie categorieën: Arbeidshouding, Arbeidsprestaties en Motorische competenties.

Ieder getal naast de cirkel verwijst naar één competentie. Bijvoorbeeld nummer 9: Veiligheid.

Iedere competentie heeft drie ontwikkelniveaus, waarbij oranje het gemakkelijkst is (binnenste ring), geel wat moeilijker (middelste ring) en groen het moeilijkst (buitenste ring).

Gekleurde blokjes zijn de competenties die de betrokkene toepast, witte blokjes past de betrokkene (nog) niet toe.



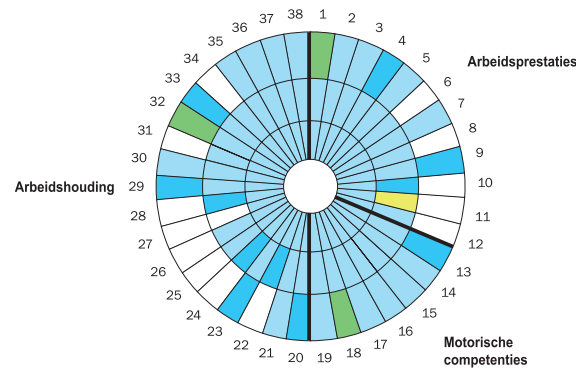
Elke vaardigheid beschrijft 3 ontwikkelniveaus

- Beginnende ontwikkeling van de competentie
- Gevorderde ontwikkeling van de competentie
- Geoefende competentie



## Inzichtelijk matchen met INVRA-Arbeid

Het is met INVRA-Arbeid mogelijk om een competentieprofiel van een werkplek te maken. Deze werkplekprofielen kunnen eenvoudig vergeleken worden met een competentieprofiel van een persoon. Het resultaat van een vergelijk wordt weergegeven in één visueel overzicht.



Lichtblauwe blokjes zijn competenties die gevraagd worden op de werkplek en die de betrokkene laat zien (match).

Blauwe blokjes zijn competenties die worden gevraagd op de werkplek maar die de betrokkene (nog) niet laat zien (geen match).

Groene, gele en oranje blokjes zijn competenties die niet gevraagd worden op de werkplek, maar de persoon wel laat zien (geen match).

Een vergelijking tussen een persoons- en werkplek-profiel is een waardevol hulpmiddel bij:

### **Verder ontwikkelen**

Samen met de betrokkene kan er een plan worden gemaakt. Bijvoorbeeld welke competenties er bij de deelnemer aangevuld kunnen worden via scholing of training.

### **Inzicht verbreden**

Een vergelijking kan ook worden ingezet om te kijken welke reeds aanwezige competenties passen bij andere werkplekken. Bijvoorbeeld om het inzicht van de deelnemer te verbreden.

### **Jobcarving**

Een werkplek aanpassen of opsplitsen, zodat deze beter aansluit bij de mogelijkheden van de betrokkene.

## Managementmodule

In de managementmodule is het mogelijk de vordering of groei van een groep te zien. De managementmodule kan toegepast worden voor alle INVRA instrumenten. Hiermee is deze module een waardevol instrument om beleidsmatig te kunnen sturen.

