

Het samenspel met de mantelzorg

Deze leskaarten kun je gebruiken om kennis en inzichten te verwerven over en te oefenen met de verschillende aspecten van het samenspel met de mantelzorg. Aardema thuiszorg ontwikkelde dit tijdens In voor Mantelzorg.

INHOUDSOPGAVE

LES 1: MOTIVATIE

LES 2: DE NIEUWE ZORGPROFESSIONAL

LES 3: ROLLEN VAN MANTELZORGERS. HET SOFA-MODEL

LES 4: MANTELZORG IN HET ZORGLEEFPLAN

LES 5: HET EERSTE CONTACT/HET NETWERK IN KAART BRENGEN

LES 6: ONDERSTEUNEN VAN MANTELZORGER

LES 7: SAMENWERKEN MET MANTELZORGER

LES 8: EVALUEREN/CONTACT ONDERHOUDEN

LES 9: DOORVERWIJZEN EN SOCIALE KAART

LES 10: SAMENSPELSCAN



LES 1: MOTIVATIE

Doel

Kennismaken met mantelzorg. Wie zijn de mantelzorgers?

Medewerkers weten waarom het belangrijk is mantelzorgers meer te betrekken bij de zorg.

Inleiding 1: Mantelzorg is het fundament van de gezondheidszorg:

- Mantelzorgers geven vier tot vijf keer zo veel zorg als professionele zorgverleners.
- Dankzij mantelzorgers hoeven honderdduizenden mensen (nog) geen beroep te doen op professionele zorgvoorzieningen.

Maar het fundament kán barsten. Er dreigt spanning tussen vraag en aanbod door diverse ontwikkelingen, zoals meer (oude) ouderen, meer chronisch zieken, meer mensen met meer ziekten tegelijkertijd, meer mensen blijven langer thuis wonen, opname in een intramurale instelling is niet altijd mogelijk.

Oefening 1: Heb jij je werk en de cliënten in de afgelopen jaren zien veranderen? Schrijf voor jezelf twee punten op en wissel daarna met elkaar uit wat de anderen hebben opgeschreven.

Inleiding 2: Wie zijn de mantelzorgers?

Aantal mantelzorgers

- In 2008 gaf 20 procent van de volwassen Nederlandse bevolking meer dan drie maanden of meer dan acht uur per week hulp aan een hulpbehoevende naaste (2.6 miljoen mensen).
- Zowel langdurige als intensieve hulp werd gegeven door 1.1 miljoen mensen
- Het aantal mantelzorgers zal naar verwachting tot 2025 met 5% stijgen.

Kenmerken mantelzorgers

- Het merendeel van de mantelzorgers in Nederland is vrouw (60%).
- In vergelijking met vrouwen verlenen mannelijke mantelzorgers meer praktische ondersteuning en doen vrouwen meer de zorgtaken.
- De helft van de mantelzorgers is tussen de 45 en 65 jaar.
- Van de 50-plussers verleent 31% mantelzorg. Zij besteden hieraan ruim 14 uur per week.
- Van de 65-plussers verleent 15% mantelzorg. Zij besteden hieraan gemiddeld zes uur per week.

Beweegredenen mantelzorgers

Voor mantelzorgers van partners is de belangrijkste beweegreden liefde en genegenheid.

Kinderen die mantelzorg aan hun ouders verlenen noemen eerder plicht als belangrijkste beweegreden.

Vrienden of burens lijken een grotere vrijheid te hebben voor hun keuze om mantelzorg te verlenen.

Oefening 2: Schrijf op wat jou motiveert om meer aandacht aan de mantelzorgers te geven?

Vertel aan de anderen waarom jij het belangrijk vindt mantelzorgers meer te betrekken bij de zorg.

Opdracht: Lees het artikel: [Mantelzorgers en de veranderingen in de zorg.](#)



LES 2: DE NIEUWE ZORGPROFESSIONAL

Doel

De medewerkers zijn zich bewust dat aandacht voor de cliënt en de mantelzorg naast de persoonlijke- en medische zorg een deel van hun nieuwe taak is.

Medewerkers weten wat daarvoor nodig is.

Inleiding 1: De zorg verandert.

De zorg verandert in een snel tempo. Dit heeft te maken dat ons beeld van de mens in relatie tot zijn ziekte verschuift. In de nieuwe definitie van gezondheid is niet langer de afwezigheid van beperking of ziekte het uitgangspunt: 'Gezondheid is het vermogen zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven' (Huber et al 2011).

Deze nieuwe definitie impliceert dat zorgvrager en zorgverlener meer samen optrekken. Het accent ligt minder op ziekte en beperkingen en meer op kwaliteit van bestaan en veerkracht. Gewoon waar mogelijk, speciaal waar nodig.

Inleiding 2: De nieuwe zorgprofessional.

De zorg verandert in snel tempo. Ook jouw rol als verzorgende of helpende verandert: meer aandacht voor individuele cliënten en hun netwerk. Werken met een zorgleefplan of een elektronisch dossier. Meer samenwerken met mantelzorgers, vrijwilligers en met collega's en andere disciplines. Deze veranderingen vragen nogal wat van jou als helpende en verzorgende.

De nieuwe werkwijze wordt ook wel kort aangeduid met 'van *zorgen voor* naar *zorgen dat*'. Of – iets uitgebreider geformuleerd – het accent wordt verlegd van 'zorgen voor de cliënt' naar 'ervoor zorgen dat een cliënt en zijn netwerk in grotere zelfstandigheid zelf meer kunnen doen'.

Wat samenwerken in de praktijk betekent zie ook figuur over [Samenwerken met de cliënt, de mantelzorger, het netwerk en met vrijwilligers](#) op de website van het Expertisecentrum Mantelzorg.

Oefening 1: Uitdelen competentiekaart: [10 competenties sociaal werker maatschappelijke ondersteuning](#).

Besprek in tweetallen: Welke dingen pas je in de praktijk al toe? Wat vindt je lastig?

De 10 competenties sociaal werker maatschappelijke ondersteuning

| | | | |
|---|---|----|--|
| 1 | verheldert vragen en behoeften | 6 | verbindt individuele en gemeenschappelijke vragen en potenties |
| 2 | versterkt eigen kracht en zelfregie | 7 | werkt samen en versterkt netwerken |
| 3 | is zichtbaar en gaat op mensen af | 8 | beweegt zich tussen verschillende werelden en culturen |
| 4 | stimuleert verantwoordelijk en oplossingsgericht gedrag | 9 | signaleert en speelt in op veranderingen |
| 5 | stuurt aan op betrokkenheid en participatie | 10 | is ondernemend en benut professionele ruimte |

Opdracht: Bezoek de webpagina van MEZZO, <https://www.mezzo.nl/pagina/voor-professionals/samenwerken-met-de-informele-zorg/zorgprofessionals-en-mantelzorg>. Lees de informatie en doe de test.



LES 3: ROLLEN VAN MANTELZORGERS. HET SOFA-MODEL

Medewerkers hebben te maken met mantelzorgers die soms vooral één rol vervullen, soms meerdere tegelijk, of wisselend in de tijd verschillende rollen vervullen. Ook is het mogelijk dat verschillende familieleden uiteenlopende (soms ook weer wissende) rollen vervullen. Het Sofa-model is een weergave van de voornaamste ingrediënten voor samenspel tussen cliënt, mantelzorgers en medewerker en brengt een ordening aan in de verschillende communicatievormen en interventies. We onderscheiden:

| Rollen van de mantelzorg | Activiteiten van de beroepskracht |
|--------------------------|---|
| Partner | Samenwerken: met mantelzorgers als partner in zorg |
| Hulpvrager | Ondersteunen: van de mantelzorgers als mogelijke hulpvrager |
| Persoonlijke relatie | Faciliteren: voorwaarden creëren om de persoonlijke relaties van de cliënt en diens familie zoveel mogelijk intact te houden. |
| Expert | Afstemmen: voortdurende communicatie over behoeften, zorgen en successen van cliënt en mantelzorgers |

Samenwerkingspartner

De centrale vraag die de professional stelt bij de rol van de mantelzorgers als samenwerkingspartner is: Wat kunnen we samen doen om tot een zo goed mogelijke zorg en ondersteuning van de cliënt te komen? Hoe kunnen we taken zo verdelen dat zowel de professionele als de informele zorgverleners in hun kracht zijn? Dit vergt vaardigheden van de medewerker om de dialoog met uiteenlopende typen mantelzorgers aan te gaan.

Hulpvrager

De mantelzorgers kan zich ook voordoen in de gedaante van een hulpvrager. Op duidelijke of indirecte wijze geeft de mantelzorgers blijk van spanningen of zelfs overbelasting. Het is een uitdaging voor de medewerker om dit soort signalen te herkennen en even tijd te geven aan de mantelzorgers zelf. Eventueel door te verwijzen naar de mantelzorgondersteuning.

Persoonlijk betrokkene

Wat de mantelzorgers onderscheid van een medewerker of een vrijwilliger is de rol van persoonlijk betrokkene. Hij of zij heeft vaak al een heel leven gedeeld met de persoon. Hoe kunnen ze hun relatie, gewoontes zo goed mogelijk voortzetten? Hoe houden we rekening met de privacy en versterken we de zelf- en samenredzaamheid?

Expert

De mantelzorgers is ook een expert omdat deze veelal meer tijd doorbrengt met de cliënt en daardoor andere dingen opmerkt en andere kennis inbrengt dan de medewerker. Die ervaringskennis is waardevolle informatie en een goede aanvulling op de vakkennis van de medewerker, over en weer. Dit vraagt van de medewerker en mantelzorgers een 'open mind'.

Film: [Zorgen doe je samen met mantelzorgers](#).

Oefening 1: Zijn de rollen herkenbaar in je werken met mantelzorgers? Bespreek met elkaar een aantal voorbeelden van mantelzorgers die jullie op jullie route tegenkomen.

Opdracht: Lees de informatie op de website van het Expertisecentrum Mantelzorg over '[Mantelzorgers ondersteunen voor verzorging en verpleging en thuiszorg](#)' en over '[mantelzorgers ondersteunen](#)', '[instrumenten en methoden](#)' en '[meer informatie](#)'.



LES 4: MANTELZORG IN HET ZORGLEEFPLAN

Doel

Medewerkers weten dat zij mantelzorgers vanaf het begin betrekken bij het Zorgleefplan.
Medewerkers kennen de 'vragen aan de mantelzorger' in het Zorgleefplan van Aardema Thuiszorg.

Inleiding: Waarom een Zorgleefplan?

Het zorgleefplan helpt je de cliënt zo te ondersteunen dat hij zijn leven (ondanks ziekte of handicap) zoveel mogelijk kan voortzetten zoals hij dat wil. De *voorkeuren, vragen, behoeften of doelen* van de cliënt zijn het uitgangspunt van het ZLP.

Vanuit die vragen denk je als zorgverlener professioneel en creatief met de cliënt mee over hoe hij zijn doelen kan bereiken. Je doet voorstellen over de manier waarop je de cliënt kan ondersteunen zijn doelen te bereiken. De cliënt beslist welke *ondersteuning* hij wil. De *afspraken* die je maakt met de cliënt leg je in het ZLP vast. Omdat alle afspraken duidelijk beschreven zijn, weet de cliënt wat hij van jou en jouw collega's mag verwachten. Het ZLP helpt je *betrouwbaar* te zijn als hulpverlener. Je kunt verantwoorden welke zorg je gegeven hebt en waarom die zorg.

Natuurlijk evalueer je regelmatig met de cliënt of de gemaakte afspraken nog 'werken' in het dagelijks leven van de cliënt. Misschien heeft de cliënt andere wensen over de inrichting van zijn leven? Heeft hij meer of juist minder ondersteuning nodig? In samenspraak met de cliënt stel je de afspraken bij.

Door zo methodisch te werken sluit de ondersteuning die je biedt steeds goed aan bij de behoefte van de cliënt. De cliënt (of zijn vertegenwoordiger) behoudt de regie!

Dit wist je allemaal al. Nieuw is dat vanaf nu de regel om ook de mantelzorger(s) direct te betrekken bij het maken van het Zorgleefplan. Dit omdat mantelzorgers een groot deel van de zorg doen. Betrek hen ook bij het maken van de afspraken.

De 6 vragen aan mantelzorgers in het Zorgleefplan Aardema Thuiszorg zijn:

1. Wat betekent voor u de cliënt?
2. Waarbij ondersteunt u de cliënt?
3. Krijgt u als mantelzorgersteun/ondersteuning van uw omgeving? (overbelasting)
4. Hoe zou u willen communiceren met de medewerkers van Aardema Thuiszorg?
5. Heeft u behoefte aan advies/ondersteuning? Zo ja, waarbij?
6. Heeft u behoefte aan tijd voor uzelf?

Afspraken met mantelzorgers worden genoteerd achter tabblad 8 van het Zorgleefplan.

Oefening 1: Wissel binnen het team uit welke ervaringen er zijn met het werken met deze vragen? Zijn er verbeteringen nodig?

Opdracht: Neem de komende weken een aantal zorgleefplannen van cliënten die je bezoekt door en lees de antwoorden en de kijk hoe de antwoorden zijn ingevuld.



LES 5: HET EERSTE CONTACT/HET NETWERK IN KAART BRENGEN

Doel

De mantelzorger(s)/ netwerk zijn/is bekend.

Inleiding

Kennis van het netwerk van de cliënt geeft je als zorgverlener inzicht in de situatie waarin de cliënt leeft en zijn mogelijke 'hulpbronnen' waaruit hij kan putten om een zo goed mogelijke kwaliteit van leven te realiseren.

Soms weet je als medewerker al wie de belangrijke personen uit het netwerk zijn, maar vaak is het beeld onvolledig. Ook voor cliënten is het waardevol om eens stil te staan bij de mensen met wie ze contact hebben en die voor hen van betekenis zijn. Soms zijn ze verrast over de uitkomsten.

Wat is *jouw taak* als zorgverlener?

- Inventariseer de belangrijke personen uit het netwerk van de cliënt. Het gaat in de eerste plaats om familie, vrienden, buren en kennissen. Daarnaast kunnen ook (vrijwillige)zorg- en hulpverleners worden vermeld.
- Maak hierbij eventueel gebruik van de netwerkkaart.
- Wanneer je denkt dat de mantelzorg overbelast is kun je de 3-minuten check voor mantelzorgers gebruiken.

Hoe krijg je inzicht in het netwerk?

- Vraag aan de cliënt welke mensen voor hem/haar van betekenis zijn. Dat kan ook terloops, bijvoorbeeld tijdens de persoonlijke verzorging of bij een kopje koffie.
- Gebruik eventueel de netwerkkaart om het netwerk in beeld te brengen. Cliënten kunnen de netwerkkaart eenvoudig zelf, of samen met een ander (bijvoorbeeld met de mantelzorger of met jou) invullen. Ook kun je als medewerker de netwerkkaart gebruiken om je eigen kennis over het netwerk van de cliënt in te vullen, en deze in de loop der tijd eventueel verder aanvullen.

Welke *vragen* kun je stellen?

- Welke mensen zijn belangrijk/van betekenis in uw leven? Met wie heeft u regelmatig contact? Wie is/was/waren uw partner(s)? Heeft u kinderen en/of kleinkinderen? Wonen die in de buurt? Hoe is het contact met hen? Hoe onderhoudt u contact? Hoe vaak ziet u hen? Hoe is het contact met de buren? Waaruit bestaat dat contact? Zijn er mensen van toen/vroeger die u nu niet meer/veel minder ziet maar die u meer of weer zou willen spreken?

Oefening (in drietallen): De één is cliënt, de ander is mantelzorger en de derde is de zorgmedewerker. Kies samen een casus.

1. Hoe leidt u het gesprek in over het meer betrekken van de familie/naastbetrokkene bij de zorg.
2. Probeer door het stellen van 'open vragen' een beeld te krijgen van alle mensen die uw cliënt kent, tegenkomt of aardig vindt. Schrijf op wie ze zijn en 'wat' en 'wanneer' ze iets doen. Dus: Anton (jongste) zoon, komt 1 keer per week en gaat vaak even wandelen. Enz. enz.
3. Heeft u na dit gesprek het vermoeden dat er sprake is van overbelaste mantelzorgers? Wat zegt u 'niet pluis-gevoel'? Gebruik de [3-minutencheck voor mantelzorgers](#).

Opdracht: Geef de [3-minuten-check voor mantelzorgers](#) aan een mantelzorger waarvan u denkt dat deze overbelast is.

(Optioneel)Verdiepingsmodule Goed Gesprek is voor iedere zorgmedewerker die meer wil weten over hoe je een goed gesprek met de cliënten of met je collega's voert. [De e-learning module + het werkboek Goed Gesprek](#) is te vinden als je op deze link klikt.



LES 6: ONDERSTEUNEN VAN MANTELZORGER

Doel

Ondersteunen van de mantelzorg zodat deze de zorg vol kan houden.

Inleiding

Het kan voor familieleden lastig zijn om de zorg vol te houden. Bijvoorbeeld omdat ze als mantelzorg overbelast zijn geraakt en alle zorg graag (even) loslaten. Of worstelen met schuldgevoelens en gevoelens van machteloosheid een rol spelen. Medewerkers kunnen familie hierbij ondersteunen.

Dan is het nodig om eerst een het familielid/de mantelzorg te helpen voordat deze zelf weer de cliënt kan helpen. In de vorm van een luisterend oor, met tips voor familie over manieren om nog contact te maken, of hen door te verwijzen naar ondersteunende instanties, zoals een Steunpunt Mantelzorg.

Meten van de ervaren belasting

Om meer inzicht te krijgen in de belasting van de mantelzorg kan gebruik gemaakt worden van de [EDIZ-vragenlijst](#). De bedoeling is dat u bij elk van deze uitspraken aangeeft, in hoeverre die op u van toepassing is. U heeft hierbij de volgende antwoordmogelijkheden: nee! nee min-of-meer ja ja!

Als een uitspraak helemaal op u van toepassing is, zet u een kruisje bij 'ja!'. Wanneer een uitspraak helemaal niet op u van toepassing is, zet u een kruisje bij 'nee!'. Of iets er tussenin.

| | Vragen | Nee! | Nee | Min of meer | Ja | Ja! |
|----|--|------|-----|-------------|----|-----|
| 1. | Door de situatie van mijn ... kom ik te weinig aan mijn leven toe | | | | | |
| 2. | Het combineren van de verantwoordelijkheid voor mijn ... en de verantwoordelijkheid voor mijn werk en/of gezin valt niet mee | | | | | |
| 3. | Door mijn betrokkenheid bij mijn ... doe ik de anderen tekort | | | | | |
| 4. | Ik moet altijd maar klaarstaan voor mijn ... | | | | | |
| 5. | Mijn zelfstandigheid komt in de knel | | | | | |
| 6. | De situatie van mijn ... eist voortdurend mijn aandacht | | | | | |
| 7. | Door mijn betrokkenheid bij mijn ... krijg ik conflicten thuis en/of op mijn werk | | | | | |
| 8. | De situatie van mijn ... laat mij nooit los | | | | | |
| 9. | Ik voel me over het algemeen genomen erg onder druk staan door de situatie van mijn | | | | | |

Berekenen van de score

7-9 keer "ja". Deze mantelzorg ervaart veel druk.

4-6 keer "ja". Deze mantelzorg ervaart matige druk.

0-3 keer "ja". Deze mantelzorg ervaart (nog) weinig druk.

Hou er rekening mee dat het gaat om een globale inschatting en dat er sprake is van een momentopname. Bij langdurige zorg kun je de mantelzorg regelmatig de vragenlijst laten invullen. Hierdoor krijg je zicht op de belasting op de langere termijn.

Oefening (in tweetallen): Inventariseren belasting van mantelzorg. De één is cliënt, de ander is mantelzorg.

1. Ga als zorgmedewerker in gesprek aan de hand van de EDIZ-vragenlijst en probeer samen vast te stellen wat de oorzaken zijn van de belasting.

Opdracht: Bezoek de website over de [ondersteuningsmogelijkheden voor mantelzorgers](#) en kijk welke ondersteuning er is op de mantelzorg te verlichten.



(Optioneel)Verdiepingsmodule 'Netwerkversterking' is voor iedere zorgmedewerker die meer wil over hoe zij cliënten kan helpen bij het kaart brengen en benaderen van het netwerk. De [Handleiding informele netwerken versterken](#) legt uit in vijf stappen wat u kunt doen.

LES 7: SAMENWERKEN MET MANTELZORGER

Doel

Het maken van afspraken over het delen van de zorg en herstel van de veerkracht.

Inleiding

Je bent je bewust van je nieuwe taak als zorgmedewerker. Je weet wie de mensen om de cliënt zijn die een belangrijke rol in zijn of haar leven spelen. Je weet wie de mantelzorgers zijn en wat ze kunnen en willen doen. Je hebt gecheckt hoe het gaat met de mantelzorgers. Daar waar je een 'niet plus-gevoel' had heb je eens extra aandacht besteed aan de belasting van de mantelzorg en de ondersteuningsbehoefte.

Ook zul je merken dat het in heel veel situaties ook geen enkel probleem is om als familielid of naastbetrokkene te zorgen voor een familielid. Naast de last die de zorg met zich mee kan nemen is vaak ook sprake van het plezier (genoegen, voldoening) dat mensen kunnen ervaren wanneer je een ander plezier (voldoening, genoegen, of meer in het algemeen kwaliteit van leven) kunt verschaffen. Deze ervaring kunnen ouders bijvoorbeeld hebben wanneer ze iets voor hun kinderen doen wat deze plezier verschaft. Dit is ook een niet een kant van de mantelzorg, die niet over het hoofd mag worden gezien. Mantelzorgers ontlenen plezier en dus motivatie aan de ervaring dat ze iets doen waar ze de cliënt plezier mee doen. We noemen dit plezier omdat een ander plezier heeft weerkaatst plezier.

Wanneer de problemen zijn overwonnen of er sprake is van een situatie waarin de mantelzorg of mantelzorgers de zorg op een zinvolle manier vol kunnen houden kunnen ook afspraken gemaakt worden met de mantelzorg. Deze afspraken leg je vast in het zorgleefplan.

| Behoefte cliënt/mantelzorg | Ondersteuning vanuit het netwerk | Afspraak | Status (uitgevoerd/lopend) |
|------------------------------|----------------------------------|---|----------------------------|
| Medicijnen geven | Mevrouw Moes (buurvrouw) | 1 keer per dag om 12.00 uur Voor een periode van 14 dagen. | |
| Wandelen | Anneke (dochter) | woensdagmiddag | |
| Vervoer ziekenhuis (15/7) | Pim (zoon) | Gaat mee naar het ziekenhuis | |
| Advies over woningaanpassing | Pim (zoon) | Neemt contact op met het Wmo-loket | |
| | | | |
| | | | |

Oefening (in tweetallen): Neem beiden een casus uit de eigen praktijk.

1. Probeer dit schema eens in te vullen?

Opdracht: Probeer de komende weken afspraken te maken met personen uit het netwerk van de cliënt/mantelzorg om de zorg beter te verdelen.





LES 8: EVALUEREN/CONTACT ONDERHOUDEN

Doel

Des medewerker onderhoudt het contact met de mantelzorg en checkt af en toe of iedereen tevreden is met wat hij/zij doet.

Inleiding

Met enige regelmaat kijk je met de cliënt hoe het loopt: worden de behoeften van de cliënt (en mantelzorg) vervuld? Heeft het netwerk nog andere ondersteuning nodig om te kunnen voorzien in de behoeften van de cliënt?

Naast sociale activiteiten en praktische ondersteuning nemen mantelzorgers en anderen uit het sociaal netwerk soms ook verzorgende taken op zich. Vraag hen hoe je daarin kunt ondersteunen, bijvoorbeeld door het aanleren van vaardigheden of het functioneren als achterwacht bij vragen of moeilijke situaties.

Wat is jouw taak als zorgverlener?

- Evalueer met enige regelmaat, niet alleen tijdens de reguliere evaluatiemomenten. Evalueren kan terloops, door even te vragen hoe het gaat.
- Evalueer of de behoeften/wensen van de cliënt vervuld zijn en noteer deze in de evaluatie van het zorgplan.
- Check bij de mantelzorg of de inzet van het netwerk de belasting van de mantelzorg verlicht.
- Inventariseer met de cliënt (en eventueel zijn mantelzorg) of hij nog eventueel andere (zorg)behoeften heeft, waar het netwerk een rol in kan vervullen.
- Ga na wat jij, vanuit je rol als zorgverlener, kunt doen om het netwerk hierin te faciliteren.

Welke vragen kun je stellen?

- Bent u tevreden over hoe de dagen verlopen? Kunt u doen wat u graag wilt doen?
- Bent u tevreden over uw contacten met familie, vrienden en anderen?
- Heeft u nog andere wensen of behoeften, waar het netwerk mogelijk iets in zou kunnen betekenen?
- Hoe kan ik helpen om de zorgtaken die u zelf samen met uw netwerk op u neemt makkelijker te maken?

Waar vermeld ik de belangrijkste uitkomsten van de evaluatie?

Vermeld de belangrijkste uitkomsten van de evaluatie bij afspraken met mantelzorgers in het zorgleefplan.

Oefening: Bespreek met elkaar de ervaringen naar aanleiding van de opdracht van de vorige keer. Lukt het om afspraken te maken? Wat werkt wel en wat werkt niet?

Opdracht: Maak kennis met iemand van het sociaal wijkteam in het gebied waar je werkt. Probeer duidelijk te krijgen waarvoor je bij het sociaal wijkteam terecht kunt?



LES 9: DOORVERWIJZEN EN SOCIALE KAART

Doel

Inschakelen van anderen als het bieden van een oplossing niet meer past binnen je werk als thuiszorgmedewerker.

Inleiding

Hoe maak ik een sociale kaart?

De thuiszorg bevindt zich niet op een eiland, maar is een onderdeel van een groter geheel. Je hoeft ook niet alle problemen zelf op te lossen. Er zijn veel mensen en instanties die dat als taak hebben. Daarom is het goed je omgeving te kennen en te weten welke andere instellingen en voorzieningen er zijn in jouw buurt. Een sociale kaart kan daarbij helpen. Zo'n sociale kaart geeft een overzicht van instellingen op het gebied van zorg, welzijn en hulpverlening bij jouw in de buurt. Het opzetten van een sociale kaart kun je samen doen.

Wat is een sociale kaart?

Een sociale kaart geeft informatie over instellingen op het gebied van zorg, welzijn en hulpverlening. Deze instellingen kunnen zowel landelijk als regionaal of plaatselijk werken. Het is handig om als diaken of kerkelijke vrijwilliger te weten welke voorzieningen er bij je in de buurt zijn.

De sociale kaart kun je op verschillende manieren gebruiken:

1. Doorverwijzen
Als thuiszorgmedewerker doe je mooi werk. Ken wel je eigen grenzen en schakel bij vragen en problemen tijdig deskundigheid in. Een sociale kaart helpt je daarbij doordat het een overzicht geeft van organisaties en instellingen waarnaar je kunt doorverwijzen. Daarbij is het belangrijk dat je weet wat de hulp- of ondersteuningsvraag is. Zonder een goede diagnose kun je iemand niet goed verwijzen.
2. Samenwerken
Een sociale kaart geeft inzicht in welke organisaties, instellingen en vrijwilligersgroepen nog meer actief zijn. Deze informatie kan aanleiding zijn om de handen ineen te slaan en op concrete punten samen te werken.

Oefening: Vul de [Mantelzorgwijzer Thuiszorg](#) aan met personen en organisaties waarnaar jij en je teamleden verwijzen. Voeg alle informatie samen tot een nieuwe sociale kaart voor mantelzorgers in jullie werkgebied.

Opdracht: Maak een afspraak zodat iedereen de nieuwe Mantelzorgwijzer Aardema Thuiszorg krijgt.



LES 10: SAMENSPELSCAN

Doel

Hebben we ons doel bereikt ten aanzien van het samenwerken met mantelzorgers.

Om te achterhalen welke verbeteringen nodig zijn om dat samenspel tussen beroepskrachten en mantelzorgers te optimaliseren, vragen we u om deze Samenspelscan in te vullen.

Oefening: Samenspelscan, versie thuiszorg

Hoeveel verbetering is **volgens u** nodig op de volgende aspecten van het samenspel tussen beroepskrachten en mantelzorgers? *Omcirkel het antwoord van uw keuze. Per aspect slechts één antwoord omcirkelen a.u.b.*

| | Geef hiernaast aan in hoeverre u vindt dat er verbetering nodig is als het gaat om ... | Geen verbetering nodig (gaat al goed) | Enige verbetering nodig | Veel verbetering nodig |
|----------------------------------|--|---------------------------------------|-------------------------|------------------------|
| Aspecten van Samenwerken | | | | |
| 1 | ... het betrekken van mantelzorgers bij het invullen en uitvoeren van het zorg(leef)plan/zorgdossier. | 1 | 2 | 3 |
| 2 | ... het betrekken van mantelzorgers bij het evalueren van de zorg/ondersteuning. | 1 | 2 | 3 |
| 3 | ... het aanleren van vaardigheden (bv. hoe een mantelzorger kan tillen of medicijnen toedienen). | 1 | 2 | 3 |
| 4 | ... het geven van mondelinge en schriftelijke informatie over de zorgverlening, organisatie, ziektebeelden etc. | 1 | 2 | 3 |
| 5 | ... het bereikbaar zijn voor mantelzorgers. | 1 | 2 | 3 |
| 6 | ... een vast contactpersoon voor mantelzorgers. | 1 | 2 | 3 |
| 7 | ... het inzetten van mantelzorgers bij de zorg- en dienstverlening. | 1 | 2 | 3 |
| Aspecten van Ondersteunen | | | | |
| 8 | ... het signaleren van overbelasting bij mantelzorgers. | 1 | 2 | 3 |
| 9 | ... het geven van tips aan mantelzorgers om aan zichzelf te denken, hoe ze de zorg vol kunnen houden. | 1 | 2 | 3 |
| 10 | ... het organiseren van activiteiten in het kader van de dag van de mantelzorg op 10 november. | 1 | 2 | 3 |
| 11 | ... het regelmatig vragen hoe het met de mantelzorger gaat. | 1 | 2 | 3 |
| 12 | ... het verwijzen naar voorzieningen voor mantelzorgondersteuning, zoals een steunpunt mantelzorg, respijtzorg of vrijwilligerszorg. | 1 | 2 | 3 |
| 13 | ... bejegening van mantelzorgers. | 1 | 2 | 3 |
| 14 | ... het waarderen van de inzet van mantelzorgers. | 1 | 2 | 3 |
| Aspecten van Faciliteren | | | | |
| 15 | ... waarborgen van de privacy van de mantelzorger en de cliënt (bv. aanbellen). | 1 | 2 | 3 |
| 16 | ... het respecteren van de gewoontes van de cliënt en de mantelzorger. | 1 | 2 | 3 |



| | | | | |
|-------------------------------|--|---|---|---|
| 17 | ... het respecteren van de momenten dat de mantelzorgers en de cliënt samen willen zijn (bv. door te zorgen dat er dan geen zorgverlener aan huis komt). | 1 | 2 | 3 |
| Aspecten van Afstemmen | | | | |
| 18 | ...het vragen van informatie aan de mantelzorgers over de persoonlijke interesses, wensen, behoeften en levensgeschiedenis van de cliënt. | 1 | 2 | 3 |
| 19 | ... het managen van verwachtingen (aangeven wat wel en niet kan binnen de mogelijkheden van de indicatie). | 1 | 2 | 3 |
| 20 | ... regelmatig contact met de mantelzorgers | 1 | 2 | 3 |
| 21 | ... klachten van mantelzorgers. | 1 | 2 | 3 |
| 22 | ... omgaan met lastige situaties, bv. als de mantelzorgers de situatie van de cliënt anders inschat dan de beroepskracht. | 1 | 2 | 3 |
| Ruimte voor opmerkingen: | | | | |

Oefening:

- Vul individueel de Samenspelscan in.
- Breng de uitkomsten van alle teamleden samen in één overzicht.
- Wat valt erop? Wat gaat goed? Wat kan beter?

Maak zo nodig nog afspraken voor de komende periode om het samenspel met mantelzorgers te verbeteren.

Afsprakenlijst

| Nr. | Verbeteractie | Wanneer is de actie geslaagd? |
|-----|---------------|-------------------------------|
| | | |
| | | |
| | | |

