



MANTELZORGONDERSTEUNING

Lesmateriaal voor bewustwording van studenten en
zorgprofessionals

INLEIDING

In de afgelopen jaren nam het aantal ouderen in Nederland sterk toe en ook in de komende decennia zal dat het geval zijn. In samenhang daarmee zal ook het aantal oudere mensen met een of meerdere chronische aandoeningen blijven stijgen. Om het gezondheidszorgsysteem beheersbaar en betaalbaar te houden heeft de Nederlandse overheid inmiddels een aantal maatregelen genomen in de richting van een zogenaamde participatiesamenleving: dat wil zeggen een samenleving waarin meer nadruk ligt op de eigen verantwoordelijkheid van burgers als het gaat om gezondheid, ziekte en welzijn.

Een belangrijk gevolg van deze overheidsmaatregelen is dat ouderen en chronisch zieken langer thuis moeten blijven wonen. De overheid verwacht van burgers dat zij meer participeren in de zorg voor hun oudere en/of zieke medemens. Er wordt een steeds groter beroep gedaan op de hulp van familie, naasten en vrijwilligers in de zorg voor chronisch zieken, ouderen en mensen in hun laatste levensfase.

Voor zorgprofessionals, met name voor verpleegkundigen en verzorgenden, ligt er een grote uitdaging om op deze veranderingen te anticiperen en deze mede vorm te geven.

De werkplaats '[Ondersteuning van mantelzorgers vanuit de thuiszorg versterken](#)' is gestart met het doel om een pakket te ontwikkelen van bruikbare methodieken en instrumenten voor professionals in de zorg om mantelzorgers in verschillende situaties effectief te kunnen ondersteunen.

Daarbij is, naast een aantal veelgebruikte tools, gebruik gemaakt van enkele, door thuiszorgorganisaties zelf ontwikkelde instrumenten zoals '[het mantelzorgkompas](#)' en '[samen ontdekken](#)'.

Om optimaal gebruik te kunnen maken van deze ondersteunende instrumenten is het van cruciaal belang dat zorgprofessionals;

- zich bewust zijn van het belang van mantelzorgers voor de gezondheid en het welzijn van de patiënt of cliënt (Kruijswijk et al, 2013; Kaakiinen et al, 2013)
- zich bewust zijn van de impact van het mantelzorgen op de persoonlijke situatie van de mantelzorger (Kruijswijk et al, 2013; Kaakiinen et al, 2013)

Het is belangrijk dat zorgprofessionals zich medeverantwoordelijk voelen voor de gezondheid en het welzijn van mantelzorgers zoals inmiddels staat beschreven in het nieuwe opleidingsprofiel Bachelor Nursing 2020 (Lambregts et al, 2016). Vanuit deze verantwoordelijkheid is het de taak van verpleegkundigen en verzorgenden om passende ondersteuning te bieden.

Om deze bewustwording te stimuleren vind je bijgaand een aantal oefeningen en opdrachten die je kunt inzetten om het bewustzijn onder studenten maar ook van zorgprofessionals die al werkzaam zijn in de beroepspraktijk, te versterken en te vergroten. Veel kennis en informatie over het thema mantelzorg ondersteuning is te vinden in de [kennisbundel Informele zorg](#) in het HBO. De lesmaterialen zijn ontwikkeld door de [Hanzehogeschool Groningen](#).

OPDRACHTEN / OEFENINGEN

BEWUSTWORDING & ATTITUDE

OEFENING 1. KENNISMAKING M.B.V. KAARTEN

Duur	20 minuten
Doel	Student en/of professional is zich bewust van verschillende gezinssituaties en zorg binnen het gezin.
Doelgroep	Eerstejaars studenten MBO - HBO en zorgprofessionals in de praktijk.
Methode	<ol style="list-style-type: none">1. Iedere student kiest een kaart die voor hem/haar een associatie heeft met het gezin waarin hij/zij is opgegroeid.2. Iedere student vertelt aan de groep waarom hij/zij de kaart heeft gekozen en of er in het gezin sprake is geweest van zorg.
Docent	<p>Groep van max 15 studenten. Nodig: 30 verschillende (ansicht)kaarten. Leg deze verspreid op een tafel of op de grond en ga er in een kring om heen staan. Iedereen kiest een kaart en vertelt in willekeurige volgorde iets over zijn/haar kaart. Geef altijd eerst zelf een voorbeeld.</p> <p>Vraag zo nu en dan voorzichtig door op de structuur van het gezin en of er al sprake is geweest van zorg in het gezin/de familie.</p> <p>Geef aan dat de student te allen tijde zelf bepaalt wat hij/zij wel of niet wil vertellen.</p>
Reflectie	<p>Hoe was het om dit te doen? Leuk? Spannend? Emotioneel? Weerstand? Waar hebben deze gevoelens mee te maken? En hoe zal dit meespelen in je beroepspraktijk?</p> <p>Wat levert het op? Wat gebeurt er in de groep?</p>

BEWUSTWORDING & ATTITUDE

OEFENING 2. BEWUSTWORDING MBV VIDEO 'DE KRACHT VAN RELATIONEEL WERKEN'

Duur	45 minuten
Doel	Student en/of zorgprofessional is zich bewust van de impact die ziekte en zorgafhankelijkheid kunnen hebben op het familiesysteem en de noodzaak tot ondersteuning en begeleiding om met deze situatie te leren omgaan.
Doelgroep	Studenten MBO - HBO en zorgprofessionals in de praktijk.
Toepassing	Deze oefening kan worden gedaan met eerste- of tweedejaars studenten, bijvoorbeeld ter voorbereiding op een praktijkstage.
Methode	Bekijk met de groep (een deel van) de film ' de kracht van relationeel werken '.
Docent	Groep van max 15 studenten Geef een aantal observatie vragen: <ul style="list-style-type: none">- Wat is de impact van de ziekte en beperkingen op de patiënt?- Wat is de impact van deze zorgsituatie op de partner?- Wat is de impact van deze zorgsituatie op de kinderen?- Wat is de impact van deze zorgsituatie op het gezin? <p>Ga het gesprek aan a.d.h.v. de observatie vragen.</p>
Reflectie	<ul style="list-style-type: none">- Hoe was het om deze film te zien?- Wat is jullie eerste reactie?- Wat is de rol van de verpleegkundige in dit soort situaties?- Hoe zou deze rol eruit kunnen zien?
Ondersteunende literatuur	<ul style="list-style-type: none">- Mantelzorgers en vrijwilligers in beeld. Kruijswijk, Peters, Elferink, Scholten en de Bruijn. Bohn, Stafleu van Loghum, Houten, 2013.- Kaakinen JR, Padgett-Coehlo D, Steele R, Tabacco A & Harmon Hanson SM. Family Health Care Nursing; Theory, Practice, and Research. F.A.Davis Company, Philadelphia, 2015.- <u>Informeel zorg in het hbo</u>.

OEFENING 3. HET GENOGRAM VAN JE EIGEN PERSOONLIJKE SITUATIE

Duur	45 minuten
Doel	Student en/of zorgprofessional heeft vaardigheid in het in kaart brengen van de familiestructuur en de kwaliteit van onderlinge relaties met behulp van een genogram (als onderdeel van de anamnese).
Doelgroep	Studenten MBO - HBO en zorgprofessionals in de praktijk.
Toepassing	Deze oefening past goed in combinatie met lessen over het voeren van een anamnese gesprek.
Methode	Studenten/zorgprofessionals gaan in tweetallen uiteen en maken van elkaars gezinssituatie/familie een genogram a.d.h.v. het persoonlijk gesprek.
Docent	Groep van max 15 studenten/professionals Nodig: Vellen papier (A4), potloden en gum <ul style="list-style-type: none"> - Korte uitleg over het genogram en de bijbehorende legenda. - Studenten beginnen met de structuur en vragen e.v.t. door op kwaliteit van de relatie.
Reflectie	<ul style="list-style-type: none"> - Hoe was dit om te doen? Leuk? Spannend? Emotioneel? Weerstand? Waar hebben deze gevoelens mee te maken? En hoe zal dit meespelen in je beroepspraktijk? - Waar liep je tegenaan? Welke vragen roept dit op? Wat heb je ontdekt van elkaar? - Hoe en wanneer zou je dit instrument in kunnen zetten in de zorgpraktijk?
Ondersteunende literatuur	<ul style="list-style-type: none"> - Mantelzorgers en vrijwilligers in beeld. Kruijswijk, Peters, Elferink, Scholten en de Bruijn. Bohn, Stafleu van Loghum, Houten, 2013. - Kaakinen JR, Padgett-Coehlo D, Steele R, Tabacco A & Harmon Hanson SM. Family Health Care Nursing; Theory, Practice, and Research. F.A.Davis Company, Philadelphia, 2015. - <u>Informeel zorg in het hbo.</u>

OPDRACHT 4. ROLLEN VAN FAMILIE / MANTELZORGERS A.D.H.V. HET MANTEL-ZOR GKOMPAS

PRAKTIJKOPDRACHT

Doel	Student heeft inzicht in de verschillende rollen van familie / mantelzorgers en hoe daar in de zorg mee omgegaan zou kunnen worden.
Doelgroep	Studenten MBO - HBO 3 ^e en 4 ^e jaar.
Toepassing	Deze opdracht kan door studenten individueel worden uitgevoerd in de eigen omgeving of als opdracht in een praktijkstage.
Methode	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zoek iemand in je omgeving die mantelzorg is voor iemand anders. Zorg dat het iemand is die dat best intensief doet. 2. Gebruik het Mantelzorgkompas en kies per rol, een of twee vragen uit. 3. Interview de mantelzorg m.b.v. de door jou gekozen vragen. 4. Neem het interview op en schrijf het uit. Neem dit verslag mee naar de les.
Docent	Geef vooraf uitleg over de rollen van mantelzorgers a.d.h.v. het SOFA model en het Mantelzorgkompas . Laat student bij terugkomst in de les per vraag de gegeven antwoorden (samenvatting daarvan) op een flap-over schrijven.
Reflectie	<ul style="list-style-type: none"> - Hoe was dit om te doen? Leuk? Spannend? Emotioneel? Weerstand? - Waar hebben deze (eventuele) gevoelens mee te maken? Waar liep je tegenaan? Welke vragen roept dit op? - Wat heb je ontdekt van die persoon en met betrekking tot de vragen die je hebt gesteld? - Hoe zou je de uitkomst kunnen verwerken in het zorgplan van een cliënt? - In welke fasen van het verpleegkundig proces zou je deze tool kunnen toepassen?
Ondersteunende literatuur	<ul style="list-style-type: none"> - Mantelzorgers en vrijwilligers in beeld. Kruijswijk, Peters, Elferink, Scholten en de Bruijn. Bohn, Stafleu van Loghum, Houten, 2013. - Kaakinen JR, Padgett-Coehlo D, Steele R, Tabacco A & Harmon Hanson SM. Family Health Care Nursing; Theory, Practice, and Research. F.A.Davis Company, Philadelphia, 2015. - Informeel zorg in het hbo

OPDRACHT 5. VAARDIGHEID IN KAART BRENGEN NETWERK / DRAAGLAST- DRAAGKRACHT FAMILIE/ MANTELZORGER

PRAKTIJKOPDRACHT

- Doel** Student is in staat het netwerk van een zorgvrager in kaart te brengen en de balans tussen draagkracht en draaglast van de familie/mantelzorgers in te schatten.
- Doelgroep** Studenten MBO - HBO 3^e en 4^e jaar.
- Methode**
1. Student brengt in het gesprek met een zorgvrager en zijn familie/mantelzorgers het netwerk in kaart m.b.v. de gekozen instrument uit de [toolkit](#).
 2. Student maakt een inschatting van de draaglast en draagkracht van familie/mantelzorgers die betrokken zijn bij de zorg voor de zorgvrager m.b.v. de zelfgekozen instrument uit de [toolkit](#).
- Docent** Geef vooraf uitleg over de rollen van mantelzorgers en de begrippen draaglast en draagkracht. Bijvoorbeeld met de [Care Giver Strain Index](#) of [Themakaart Draagkracht en draaglast](#).
- Reflectie**
- Hoe was het om dit te doen?
 - Wat was moeilijk en waarom?
 - Wat ging goed?
 - Wat was de ervaring van zorgvrager en familie, naar jouw inschatting?
 - Wat levert dit op voor de zorg van de zorgvrager?
 - Wat heb je geleerd? Wat zou je nog willen leren? Wat wil je nog verbeteren?
 - Hoe zou je de uitkomst kunnen verwerken in het zorgplan van een cliënt?
 - In welke fasen van het verpleegkundig proces zou je deze tool kunnen toepassen?
- Ondersteunende literatuur**
- Ondersteunende literatuur **Mantelzorgers en vrijwilligers in beeld**. Kruijswijk, Peters, Elferink, Scholten en de Bruijn. Bohn, Stafleu van Loghum, Houten, 2013.
 - Kaakinen JR, Padgett-Coehlo D, Steele R, Tabacco A & Harmon Hanson SM. **Family Health Care Nursing**; Theory, Practice, and Research. F.A.Davis Company, Philadelphia, 2015.
 - [Informeel zorg in het hbo](#).