

Z-scan: een Zelfdiagnose-instrument Zelfmanagementondersteuning voor Zorgprofessionals

© 2012 CBO, Postbus 20064, 3502 LB UTRECHT. Ontwikkeld in het
Landelijk Actieprogramma Zelfmanagement, gericht op de chronische zorg.



© 2022 Vilans, Postbus 8228, 3503 RE UTRECHT. Doorontwikkeld voor de
langdurende zorg in de Werkplaats Zelfmanagement XL.



Alle rechten voorbehouden.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt worden door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Vilans te Utrecht. Het gebruik van cijfers en/of tekst als toelichting of ondersteuning in artikelen, boeken en scripties is toegestaan, mits de bron duidelijk wordt vermeld.

Z-scan - Zelfdiagnose Zelfmanagementondersteuning Zorgprofessional

Doel

Het doel van deze zelfdiagnose is het geven van handvatten om zelfmanagementondersteuning in je eigen praktijk¹ te verbeteren. De zelfdiagnose is te gebruiken door zowel individuele zorgverleners als door een team van zorgverleners. Het zelfdiagnose-instrument, kortweg Z-scan, is opgebouwd uit twee delen.

Twee delen

Deel 1 bestaat uit zesendertig stellingen over de mate waarin je als zorgprofessional, op dit moment, aandacht besteedt aan het stimuleren of verbeteren van zelfmanagement van cliënten² binnen jouw praktijk.

De zesendertig stellingen zijn ondergebracht in zeven thema's, verdeeld over twee onderdelen:

- *Onderdeel A* gaat over je visie op zelfmanagement. Het bestaat uit vier thema's:
 1. Visie en attitude
 2. Kennisoverdracht
 3. Coaching
 4. Wegwijzen voorzieningen
- *Onderdeel B* gaat in op hoe jij zelfmanagement van de cliënt ondersteunt. Het bestaat uit drie thema's:
 1. Zelfmanagement in het gesprek met de cliënt
 2. Beleid en organisatie
 3. Omgevingsfactoren en randvoorwaarden

In *deel 2* rangschik je – als individu of als team - je antwoorden per thema in een spinnenwebdiagram. Hier kun je in één oogopslag zien op welke onderdelen je de zelfmanagementondersteuning aan cliënten in je praktijk kunt verbeteren.

Onderbouwing

De vragen zijn gebaseerd op het Generiek Model Zelfmanagement ontwikkeld in het Landelijk Actieprogramma Zelfmanagement (LAZ). Het Generiek Model Zelfmanagement bestaat uit een figuur en toelichtende tekst. De figuur maakt duidelijk wat de hoofdpunten van zelfmanagement zijn en aan welke onderdelen je aandacht kunt besteden bij het bieden van zelfmanagementondersteuning in je praktijk.

¹ Met praktijk bedoelen we de dagelijkse praktijk waarin je werkt. Dat kan zijn: ziekenhuis, verpleeghuis, thuiszorg of een andere organisatie waarin mensen met langdurige zorgvragen ondersteund worden.

² Met cliënten bedoelen we alle personen met een (chronische) ziekte, beperking of hulpvraag. Afhankelijk van de sector waarin je werkt, bedoelen we hiermee personen, patiënten, cliënten of bewoners.

Deel 1 – Stellingen zelfmanagement

Invulinstructie

In dit deel vind je de stellingen waarover je je mening geeft in relatie tot je eigen praktijk. Geef bij elke stelling aan de mate waarin je het hiermee eens bent. Met elk antwoord geef je jezelf een cijfer door het hokje aan te kruisen. Kies één van de vier antwoorden:

1. Nooit, met cijfer 0
2. Soms, met cijfer 1
3. Vaak, met cijfer 2
4. Altijd, met cijfer 3

Bereken daarna per thema je score. Dit doe je door alle punten op te tellen en te delen door het aantal vragen. Zo bereken je het gemiddelde per thema. Dit gemiddelde vul je in deel 2 van de vragenlijst in het spinnenweb in.

Onderdeel A – Je visie op zelfmanagement

Thema 1. Visie en attitude

	Nooit (0)	Soms (1)	Vaak (2)	Altijd (3)
1. Ik vind het belangrijk dat cliënten zelf kiezen hoe de beschikbare zorg, behandeling en ondersteuning wordt ingezet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ik ga altijd uit van wat cliënten willen en kunnen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ik vind het belangrijk om met elke cliënt een vertrouwensrelatie op te bouwen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Ik vind het belangrijk zorg, behandeling en ondersteuning aan te bieden die past bij de cultuur, waarden en opvattingen van de cliënt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Ik respecteer en waardeer de ervaringskennis die cliënten in hun eigen leven hebben opgedaan met hun ziekte of beperking.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Ik vind het belangrijk dat cliënten een goed en waardevol leven hebben met hun ziekte of beperking.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Totaalscore =				/ 6 =

Thema 2. Kennisoverdracht

	Nooit (0)	Soms (1)	Vaak (2)	Altijd (3)
7. Ik leer cliënten waar zij op moeten letten ten aanzien van klachten en symptomen van hun ziekte of beperking.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Ik leer cliënten de samenhang tussen hun ziekte of beperking en symptomen te zien.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Cliënten met veel kennis over hun ziekte of beperking kunnen beter met hun ziekte of beperking leven dan cliënten met minder kennis.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Moeilijke of ingewikkelde informatie kan ik op eenvoudige manier uitleggen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Ik vind het belangrijk om te weten welke kennis de cliënt heeft over zijn ziekte of beperking.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Ik vind het belangrijk dat cliënten met al hun vragen bij mij terecht kunnen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Totaalscore =				/ 6 =

Thema 3. Coaching

	Nooit (0)	Soms (1)	Vaak (2)	Altijd (3)
13. Ik vraag cliënten wat zij willen bereiken met de zorg, behandeling en ondersteuning die ze ontvangen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Ik ondersteun de doelen die voor cliënten belangrijk zijn.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Ik help cliënten haalbare doelen te stellen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Ik stimuleer cliënten verschillende mogelijkheden te verkennen om hun doelen te bereiken.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Ik help cliënten activiteiten te kiezen die zij goed aankunnen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Totaalscore = / 5 =

Thema 4. Wegwijzen voorzieningen

	Nooit (0)	Soms (1)	Vaak (2)	Altijd (3)
18. Ik verzamel betrouwbare informatie over voorzieningen en deel dit met cliënten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Ik wijs de cliënt op personen of organisaties die kunnen ondersteunen in het leven met de ziekte of beperking en de vragen die dit bij de cliënt oproept.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Ik zoek samen met de cliënt naar voorzieningen die passen bij diens voorkeur, affiniteit en leefwereld.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Ik kan cliënten goed wegwijzen maken in de zorg, behandeling en ondersteuning.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Totaalscore =				/ 4 =

Onderdeel B – Zelfmanagement in je praktijk

Thema 5. Zelfmanagement in het gesprek met de cliënt

	Nooit (0)	Soms (1)	Vaak (2)	Altijd (3)
22. In onze praktijk kan elke cliënt op een voor hem of haar passende manier een eigen aandeel in de zorg, behandeling en ondersteuning nemen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. De cliënt beslist over het organiseren en aanpassen van de zorg, behandeling en ondersteuning na overleg met mij of advies van mij.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Als ik informatie geef houd ik rekening met wat de cliënt wil weten over diens ziekte of beperking, zorg, behandeling en ondersteuning.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. In elk gesprek vraag ik cliënten wat hen goed afgaat in het leven met de ziekte of beperking en welke problemen zij ervaren.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Totaalscore =				/ 4 =

Thema 6. Beleid en organisatie

	Nooit (0)	Soms (1)	Vaak (2)	Altijd (3)
26. Wij hebben een visie geformuleerd over zelfmanagement in ons team.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. In ons team zijn voldoende competenties aanwezig om zelfmanagement van cliënten te ondersteunen en stimuleren.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. In mijn praktijk is voor iedereen duidelijk wie wat doet om zelfmanagement van cliënten te ondersteunen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. Elke cliënt in mijn praktijk heeft een individueel zorg(leef)plan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. Ik laat mijn cliënten bepalen hoeveel eigen regie zij wensen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. Ik zoek naar interventies die de voor de cliënt optimale eigen regie ondersteunen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Totaalscore =				/ 6 =

Thema 7. Omgevingsfactoren en randvoorwaarden

	Nooit (0)	Soms (1)	Vaak (2)	Altijd (3)
32. In mijn praktijk zijn er voldoende ICT mogelijkheden om zelfmanagement van cliënten te ondersteunen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. Zelfmanagement stimuleren is een speerpunt in onze kwaliteitszorg.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. Wij hebben in onze praktijk een uitgebreide sociale kaart / overzicht van voorzieningen met mogelijkheden ter ondersteuning van cliënten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. Ik bied cliënten de mogelijkheid tussentijds contact te hebben voor feedback of vragen over zelfmanagement.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. Zelfmanagement ondersteuning is een vast onderdeel van al onze zorgprotocollen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Totaalscore =				/ 5 =

Deel 2 – Spinnenwebdiagram

In dit deel vul je de resultaten van de zelfdiagnose in een spinnenwebdiagram in. Vul de gemiddelde score in van de zeven thema's. De thema's waarop je hoog scoort, zijn groen van kleur. De thema's in het spinnenwebdiagram die zijn weergegeven met de kleuren oranje of rood, zijn de onderdelen waarop verbetering te behalen valt.

