

Samen ontdekken

Samen met de cliënt, de mantelzorgers en professionals het gesprek aangaan over wat er toe doet.

Met het werkblad Samen ontdekken gaan cliënt, mantelzorgers en professional samen het gesprek aan over wat er toe doet. In vier stappen bepalen zij samen wat er belangrijk is in het leven van de cliënt en wat zij kunnen doen om de cliënt meer eigen regie te geven.

Hoe gebruik je het werkblad?

Gebruik het werkblad bijvoorbeeld als je merkt dat een cliënt eenzaam/inactief is of behoefte heeft om te praten over levensvragen. Bespreek samen met de cliënt en een mantelzorger hoe jullie de stappen in willen vullen. Zo kun je bijvoorbeeld stap 1 samen invullen, stap 2 en 3 door de cliënt en mantelzorger laten doen, en stap 4 weer gezamenlijk bespreken. Andere opties zijn ook mogelijk, bedenk wat past bij de situatie.

Tips voor de professional:

- Introduceer het werkblad van tevoren en bespreek met de cliënt of hij er voor open staat om hiermee te werken.
- Laat het werkblad achter bij de cliënt, zodat die er aan kan werken en er nog eens naar kan kijken. Voor de cliënt is het fijn als hij één vast aanspreekpunt heeft, bij voorkeur iemand met wie hij een vertrouwensband heeft opgebouwd.

Stap 1 Wat speelt er?

In de eerste stap beantwoordt de cliënt vragen over de huidige leefomgeving en omstandigheden.

Stap 2 Wat is belangrijk voor mij?

Cliënt in beeld

In stap twee brengt de cliënt in kaart welke wensen en behoeftes hij heeft. Denk bijvoorbeeld aan:

- Wat geeft u een goed gevoel, waar geniet u van, waar wordt u vrolijk van?
- Heeft u nog bepaalde 'wensen' - groot of klein - die u graag zou zien uitkomen?

Mantelzorger in beeld

Nu is het de beurt aan de mantelzorger. De mantelzorger vult de vragen in en bespreekt waar hij/zij energie van krijgt.

Stap 3 Wat zijn de mogelijkheden?

In stap 3 gaan professional, cliënt en mantelzorger samen het gesprek aan over de bevindingen uit stap 2. Bepaal aan de hand van de wensen en behoeftes van de cliënt en mantelzorger wat er anders kan in de zorg en ondersteuning. Wat kan de cliënt zelf en wat kunnen anderen doen?

Stap 4 Waar gaan we voor?

Vul de afspraken in die je met elkaar maakt. Probeer het zo klein mogelijk te maken: acties die realistisch zijn en makkelijk waar te maken. De afgesproken acties kan de professional overzetten in het zorgplan. Bepaal wanneer je de afspraken wil evalueren. Doorloop dan samen de stappen nog een keer en kijk wat er aangepast moet worden of welke nieuwe acties er genomen kunnen worden.

De smileys zijn bedoeld voor de cliënt om aan te geven wat zijn gevoel is bij elke stap. Gebruik de smileys bij de evaluatie om na te gaan of het gevoel van de cliënt is verbeterd.

Wil je meer weten over ondersteuning bij het vergroten van zelf- en samenredzaamheid? Op de laatste pagina vind je achtergrondinformatie bij elke stap.



1. Wat **speelt** er?

Welke voorzieningen
zijn er in de buurt?



Wie zijn
belangrijke
mensen voor mij?

Wat zijn
mijn belangrijke
bezigheden?

Hoe ziet
mijn dag eruit?

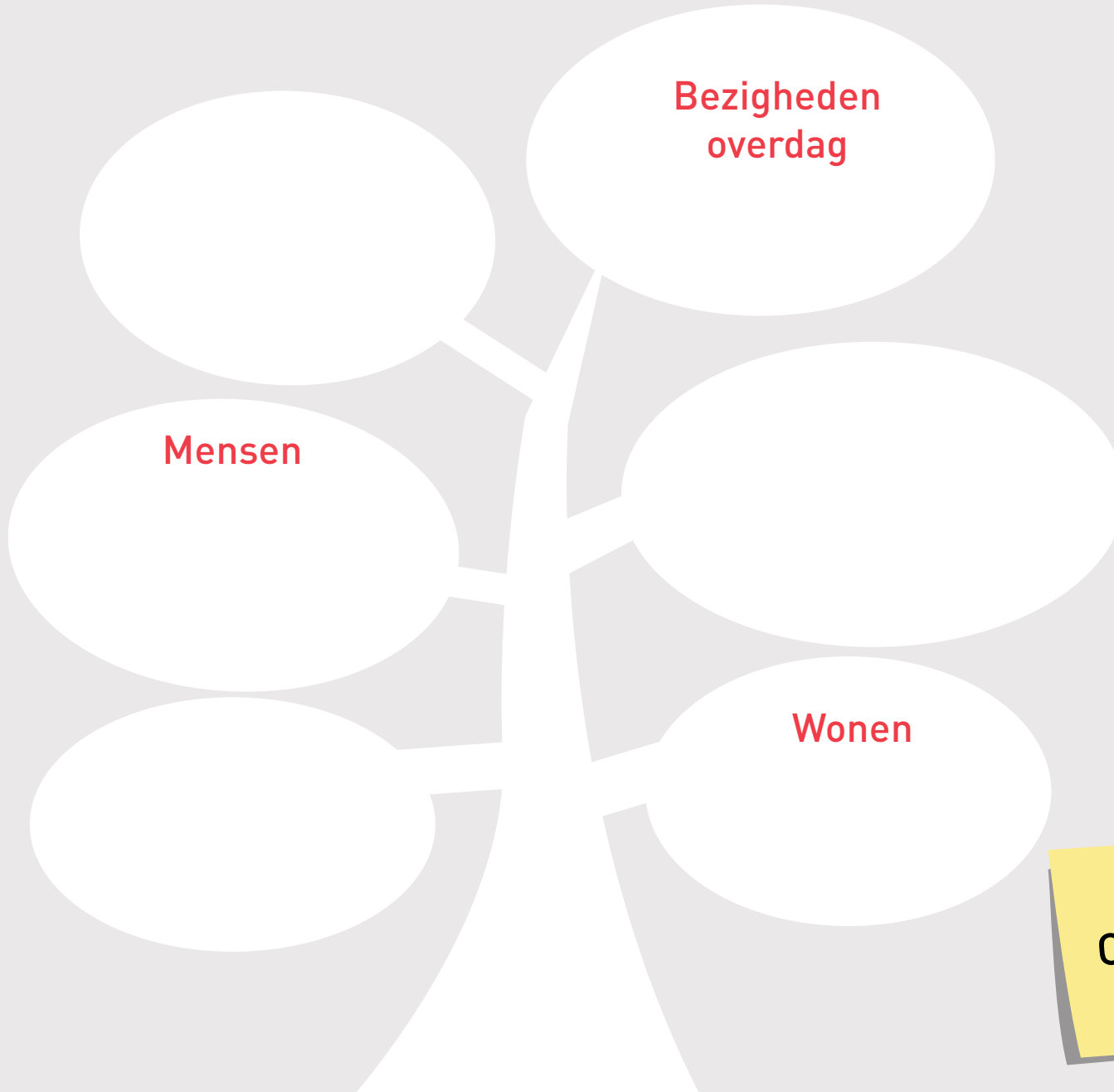
Welke ondersteuning
heb ik (nodig)?

START



2. Wat is **belangrijk** voor mij?

Wat zijn mijn wensen
en behoeften?



Clïënt in beeld

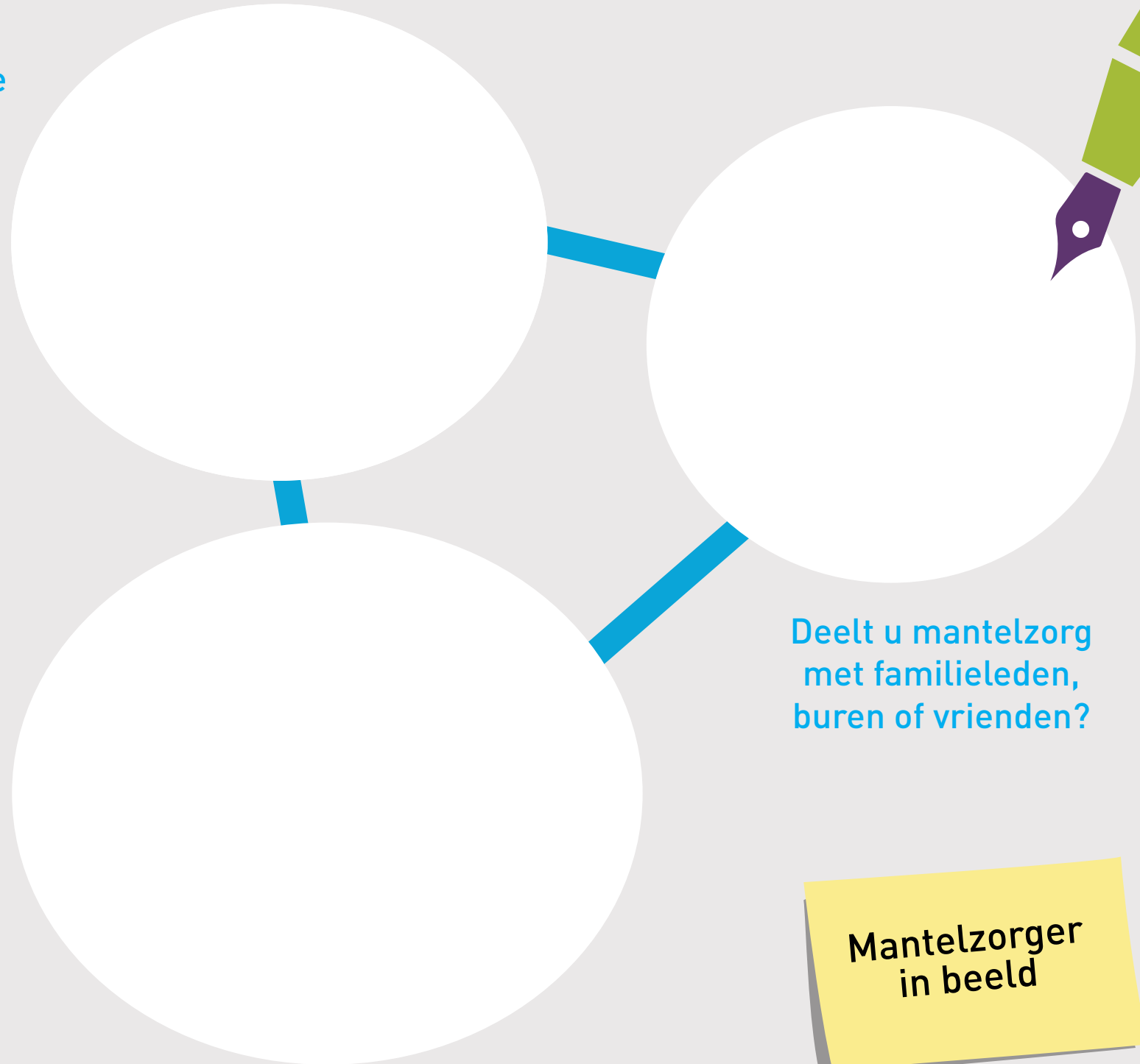
Wie bent u?
(wat is uw relatie tot de cliënt?)

- Waar krijgt u energie van?
- Wat kost energie?

Wat zou u kunnen helpen en wie kan iets betekenen?

Deelt u mantelzorg met familieleden, buren of vrienden?

**Mantelzorg
in beeld**





3. Wat zijn de **mogelijkheden**?

Ga samen met elkaar
in gesprek!

- Welke wensen in de wensboom zijn het belangrijkste voor mij?
- Wat kan ik zelf doen om mijn dagen meer naar wens in te delen?
- Wat geeft mij de meeste energie?
- Waar heeft de mantelzorgers behoefte aan?
- Hoe kunnen we dit samen bereiken?

Mijn notities



4. Waar gaan we voor?

Afsprakenlijst

DOEN!

Wat gaan we doen?

Wie gaat dat doen?

Wanneer?

Evaluatie

Wanneer gaan we evalueren?

Bent u tevreden?

Wat is nog nodig?



Stap 1 Wat speelt er?

- [Handreiking Zelfredzaamheid](#): ondersteuning bieden bij zelfredzaamheid.
- [Verzameling van instrumenten](#) om zelfredzaamheid te meten.



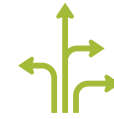
Stap 2 Wat is belangrijk voor mij?

Client in beeld

- [Uw eigen leefplan van het LOC](#): tools om een eigen leefplan te maken.
- [Infographic van ZZ naar GG](#): een goed gesprek over gezondheid en eigen regie
- [Welbevinden en levensvragen](#): materialen om te spreken over het welbevinden van een cliënt

Mantelzorg in beeld

- De toolbox mantelzorgondersteuning- met instrumenten om overbelasting van mantelzorgers te meten, het netwerk in kaart te brengen en mantelzorgers te ondersteunen
- [Digitale communicatiemiddelen](#), zoals www.carenzorgt.nl of wehelpen.com. Middelen om gemakkelijk met elkaar in contact te komen, vragen om hulp voor te leggen, etc.
- [Werkboek Samenredzaamheid](#): teamscan en casussen ter overdenking gericht op samenredzaamheid
- [Toolkit Samenwerken met mantelzorgers](#): themakaarten met casussen om in het team te bespreken.
- [Informeel netwerken versterken](#): het informeel netwerk helpen versterken in 5 stappen.



Stap 3 Wat zijn de mogelijkheden?

- [Motiverende gespreksvoering](#): gesprekstechnieken om een cliënt te motiveren.
- [Samen zorgen, een zorg minder](#): tien verhalen over de samenwerking tussen cliënt, mantelzorgers, en zorgprofessional.



Stap 4 Waar gaan we voor?

- [SMART doelen](#) formuleren: hoe doe je dat?

