



**PRAKISCHE INZICHTEN**  
**Dementie en psychiatrie in**  
**de thuiszorg:**  
**ondersteuning van de**  
**mantelzorger**

Expertendag  
Dementie & psychiatrie



Elfde-Liniestraat 24, 3500 Hasselt, [www.pxl.be](http://www.pxl.be)



## Inhoud

- Mantelzorg in een veranderende context
- Samenwerken binnen de triade
- Verschillende rollen in de samenwerking
- In gesprek met de mantelzorger
- Mindsed voor draaglast en draagkracht
- Mogelijke ondersteuningsstrategieën
- Het leven zoals het is ...
- Besluit & referenties

# Mantelzorg in een veranderende context

## Stelling 1

Een mantelzorger is een ander woord voor vrijwilliger?  
Waar of niet waar?

## Mantelzorg in een veranderende context

### Stelling 2

Ongeveer 1 op de 4 volwassen burgers zijn mantelzorger?  
Waar of niet waar?

## Mantelzorg in een veranderende context

### Stelling 3

Ongeveer 1 op de 4 mantelzorgers zijn zwaar overbelast?  
Waar of niet waar?

## Mantelzorg in een veranderende context

### Stelling 4

Mantelzorgers zijn mensen die altijd alleen voor hun naaste zorgen?  
Waar of niet waar?

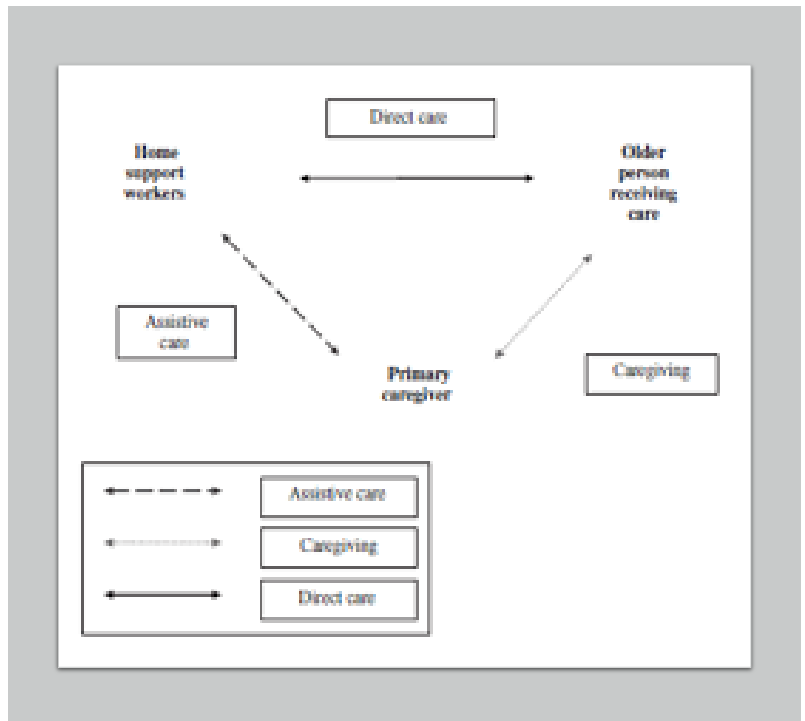
## Mantelzorg in een veranderende context



- Vergrijzing
  - Levensverwachting ↗
  - Aantal ouderen ↗ 80+: 2010: 269.957; 2050: 685.000
- Capaciteit residentiële instellingen
- Veranderde gezinssamenstelling
- Arbeidsmarkt

## Samenwerken binnen de triade

- 3 partners
- 3 principes
- 3 dimensies





## Samenwerken binnen de triade

- Principe 1: volgorde en anciënniteit
  - Tijdslijn van inschakelen van professionele zorg
  - Bescheidenheid tonen en in de leer gaan als professional
- Principe 2: verbinding
  - Winst voor alle partijen door open te communiceren
- Principe 3: positie
  - Plek vinden als professional binnen de driehoek
  - Professionele betrokkenheid en vakkennis

## Samenwerken binnen de triade

- Dimensie 1: relatie
  - Elkaar leren kennen en de uitbouw van het samenwerken
  - Het aangaan van een dialoog
  
- Dimensie 2: taak
  - Het samen bepalen van doelen, het maken van afspraken en het plannen en uitvoeren van taken
  
- Dimensie 3: groei
  - Vinger aan de pols houden

## Samenwerken binnen de triade

### Oefening (deel 1)

Wat doe ik in mijn dagelijks werk met of voor mantelzorgers en het sociaal netwerk van cliënten?

## Verschillende rollen van de mantelzorger

*Steeds meer aandacht voor mantelzorg*



### Samenwerken

mede-hulpverlener



### Ondersteunen

mede-cliënt



### Faciliteren

persoonlijke band



### Afstemmen

expert

## Verschillende rollen van de mantelzorg

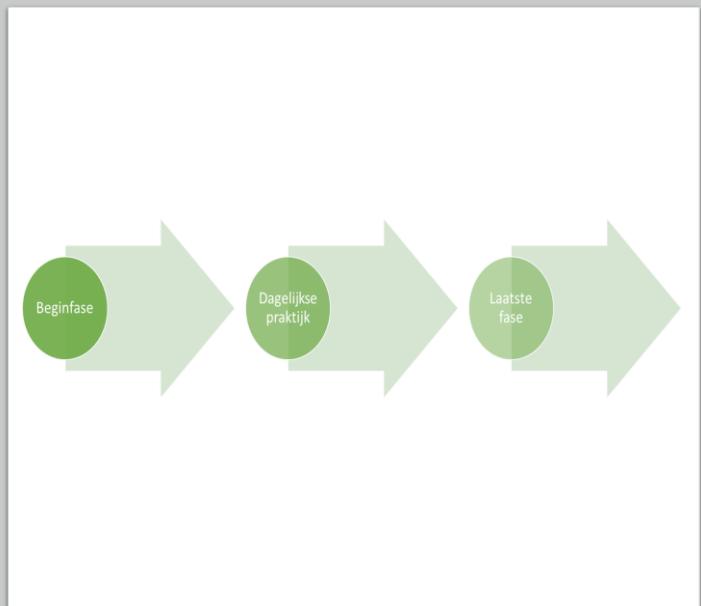
- **Samenwerken** met mantelzorgers als partner in de zorg.
- **Ondersteunen** van mantelzorgers die ook zelf vragen en behoefte aan hulp hebben.
- **Faciliteren** van de persoonlijke relatie die mantelzorgers hebben met hun naaste.
- **Afstemmen** met mantelzorgers vanwege hun kennis en expertise door het (jarenlang) zorgen voor hun naaste.

## Verschillende rollen van de mantelzorger

### Oefening (deel 2)

Plaats jouw activiteiten (deel 1) binnen de verschillende rollen van de mantelzorger.

## In gesprek met de mantelzorg



## In gesprek met de mantelzorger

- Methodisch proces met verschillende rondetafelgesprekken
- Afstemmen van rollen en taken binnen triade
- Gespreksvaardigheden
  - Smeer NIVEA
  - Wees een OEN
  - Geef LSD
  - Laat je OMA thuis
  - Stel open vragen: wat, waar, hoe, wie en wanneer?



## In gesprek met de mantelzorger

- Verschillende methodieken en instrumenten
  - Zicht op mantelzorg
  - PRISMA
  - Samenspraak
  - E-zorgplan
  - Onlineapplicaties
  - ...

## In gesprek met de mantelzorg



## In gesprek met de mantelzorger: beginfase

### Samenwerken

- Informeren over zorgverlening en organisatie
- Hoe elkaar aan te vullen in de zorg en ondersteuning
- Afspreken wie wat doet

### Ondersteunen

- Oog hebben voor (over)belasting en behoud vitaliteit
- Waarden en ondersteunen
- In kaart brengen van netwerk en/of verwijzen naar andere vormen van ondersteuning

### Faciliteren

- Ruimte bieden aan voortzetting van persoonlijke relatie(s)
- Privacy respecteren
- Bespreken hoe cliënt en mantelzorger(s) zoveel mogelijk het leven kunnen blijven leiden dat ze graag willen

### Afstemmen

- Informeren naar wensen en behoeften van cliënt
- Mantelzorger vragen naar ervaringskennis en deskundigheid
- Wederzijdse verwachtingen uitspreken

# In gesprek met de mantelzorg: dagelijkse praktijk

## Samenwerken

- Elkaar goed op de hoogte houden
- Uitwisselen tips en vaardigheden
- Evalueren van zorg en afspraken over de samenwerking

## Ondersteunen

- Oog houden voor (over)belasting en behoud vitaliteit
- Helpen omgaan met veranderingen in ziekte en/of gedrag van cliënt
- Betrokkenheid van netwerk bespreken en stimuleren

## Faciliteren

- Respecteren van en ruimte bieden aan eigen gewoontes
- Privacy bij toename van zorg faciliteren
- Mogelijkheden bieden om zoveel mogelijk leven te blijven leiden als cliënt en mantelzorg(s)

## Afstemmen

- Veranderingen in wensen en behoeften van cliënt bespreken
- Nieuwe ervaringen, kennis en inzichten uitwisselen
- Wederzijdse verwachtingen evalueren

## In gesprek met de mantelzorg: laatste fase

### Samenwerken

- Terugblikken op samenwerking
- Informereren over verhuizing
- In samenspraak besluiten nemen in palliatieve & terminale fase

### Ondersteunen

- Ondersteuningsbehoeftes, en -mogelijkheden na vertrek bespreken
- Ondersteuningsbehoefte bij verhuizing bespreken
- Ondersteuning bieden bij (naderend) afscheid

### Faciliteren

- Versterken zelf- en samenredzaamheid
- Mogelijkheden voor behouden van relatie(s) en gewoontes na verhuizing
- Privacy bij afscheid

### Afstemmen

- Tips en vaardigheden overdragen voor zorg en ondersteuning thuis
- Gevolgen van verhuizing bespreken
- Wensen bespreken over (naderend) afscheid

# Mindset voor draaglast en draagkracht

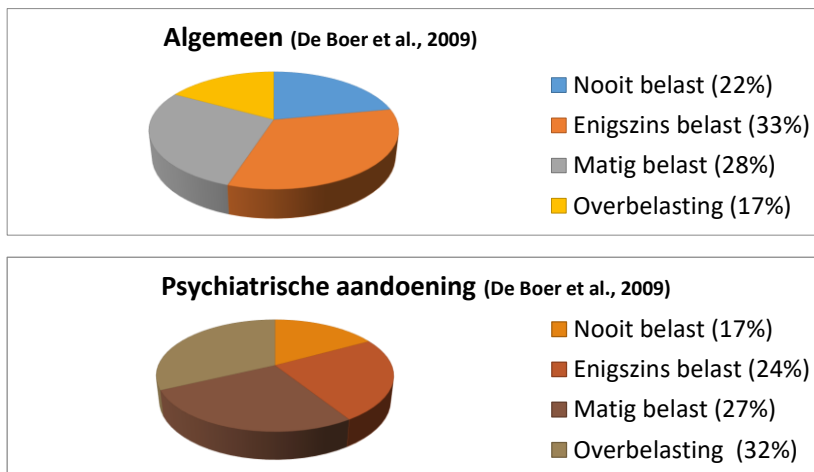
De onmisbare mantelzorger



Thuis van den Akker  
i.o.m. Zorgverzekering.nl

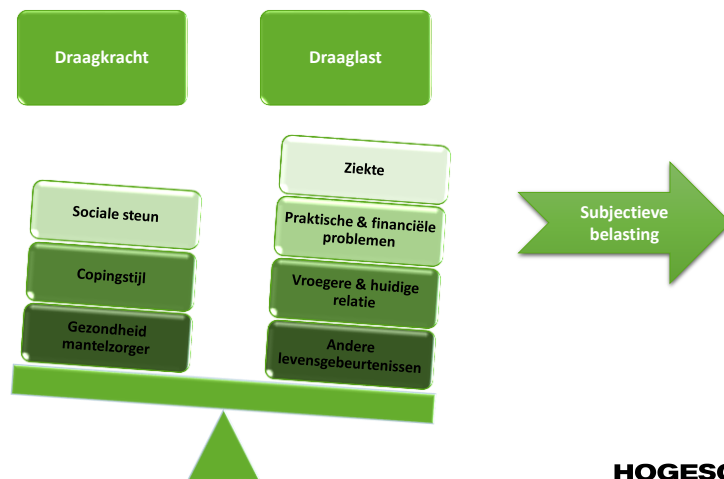


## Mindset voor draaglast en draagkracht



23

## Mindset voor draaglast en draagkracht





## Mindset voor draaglast en draagkracht

- Detectie van (over)belasting aan de hand van screeningtools
  - Caregiver Strain Index (CSI)
  - Ervaren druk door informele zorg (EDIZ)
  - Inventarisatielijst Mantelzorg  
Sense of Competence Questionnaire (SCQ)
  - Sociale Steun Lijst (SSL-I-12)
  - ...

## Mogelijke ondersteuningsstrategieën



## Mogelijke ondersteuningsstrategieën

- Respijtzorg, sociaal contact en lotgenoten
  - Expertisepunt Mantelzorg
  - Mantelzorgverenigingen
  - Praatcafés dementie
  - Familiegroepen Vlaamse Alzheimer Liga
- Psycho-educatie voor mantelzorgers
- Samenwerken met professionele zorg
  - Sociaal onderzoek voor inschakelen van thuiszorg
  - Rechtenonderzoek voor tussenkomsten en vrijstellingen
  - ...

## Het leven zoals het is ...

### Piramide-oefening

Jullie kruipen zo meteen in de huid van iemand anders:

CLIËNT	MANTELZORGER	PROFESSIONAL (verzorgende)
--------	--------------	----------------------------

Probeer je in die persoon in te leven en doorloop samen het 5 stappenplan.

## Het leven zoals het is ...

1. Voorkant: wat staat er op het kaartje?
2. Wat ga je doen?
  1. Geef het woord aan de professionals (verzorgenden).
  2. Geef het woord aan de cliënten.
  3. Geef het woord aan de mantelzorgers.
  4. Wat zou je als professional anders doen na de uitleg van de cliënt en mantelzorgers?
3. Achterkant: wat ga je doen?
  1. Herhaal stap 2
4. Kom uit jouw rol
5. Voorbereiding plenaire bespreking
  1. Hoe hebben jullie de moeilijkheden aangepakt?
  2. Wat is jou opgevallen? Had je verwacht dat de cliënt en de mantelzorgers zich zo zouden voelen of gedragen?
  3. Wat neem je mee naar jouw eigen werksetting?

## Besluit

- Van dialoog naar dialoog!
- De mantelzorgers neemt verschillende rollen op
  - Samenwerken
  - Ondersteunen
  - Faciliteren
  - Afstemmen
- Doorvragen, positief bekrachtigen en erkennen



## Referenties

- Knaeps J. et al. (2018) Zorg voor mantelzorg. Handboek voor studenten en professionals in zorg en welzijn. Wommelgem: Van In.
- Milissen K., De Maesschalck L., Abraham I. (2016) Verpleegkundige zorgaspecten bij ouderen. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.
- Walgraef I., De Witte N., De Koker B. (2018) Actieonderzoek ter verbetering van de samenwerking tussen cliënt, professionele zorg en mantelzorg. Leuven: Steunpunt Welzijn, Volksgezondheid en Gezin.
- [www.expertisepuntmantelzorg.be](http://www.expertisepuntmantelzorg.be)
- [www.movisie.nl/publicatie/werkboek-mantelzorg](http://www.movisie.nl/publicatie/werkboek-mantelzorg)

