



Met 5 stappen persoonlijke doelen bereiken 'Zo voelt een cliënt: ik doe er nog toe'

Wanneer iemand hulp nodig heeft in het dagelijks leven, moet dat dan altijd zorg zijn? Misschien kan een mantelzorgger helpen of biedt digitale ondersteuning uitkomst. Met het 5-stappenmodel (ook wel 5 fasenmodel) worden verschillende opties voor het bieden van ondersteuning onder de aandacht gebracht. De methodiek komt uit het gedachtegoed van Reablement en wordt in regio Amsterdam en Amstelland ingezet om de kwaliteit van leven van cliënten te verbeteren.

Zelfstandig en zelfredzaam

Reablement gaat over de manier waarop je zorg wilt leveren. Het vindt zijn oorsprong in de revalidatiezorg na de Eerste Wereldoorlog. Bij soldaten die bijvoorbeeld ledematen hadden verloren werd gekeken hoe zij hun zelfstandigheid in de maatschappij konden terugkrijgen met verschillende hulpmiddelen. Het versterken van de zelfredzaamheid is daarna als uitgangspunt gekozen voor het zorgsysteem in verschillende landen. Reablement helpt ook om te kijken naar hoe we ouderenzorg bieden in Nederland.



‘Bij Reablement staat de cliënt centraal’, zegt Erik Schuppers, programmamanager Reablement bij Amstelring en Zonnehuisgroep Amstelland. Bij verschillende zorgorganisaties in Amsterdam én Amstelveen wordt nu gewerkt volgens het 5-stappen of 5-fasenmodel. ‘Daarbij kijken we allereerst naar wat iemand zelf nog kan. Of wat iemand weer wil kunnen. Bijvoorbeeld door mensen weer bepaalde vaardigheden aan te leren. Daarbij kijken we naar innovaties of hulp buiten het zorgdomein ter ondersteuning. We richten ons op het verbeteren van levenskwaliteit en het inzetten van oplossingen om cliënten te helpen hun doel te bereiken. Daardoor voelt een cliënt: ‘ik doe er nog toe.’

Relatie tussen zorgverlener en zorgnemer

‘We willen voorkomen dat wij als zorgverleners mensen zaken uit handen nemen waardoor zij minder zelfstandig worden. Neem niet over wat mensen zelf nog kunnen. Een helder uitgangspunt maar het is soms best ingewikkeld, merken we. Iedereen werkt vanuit het hart, is servicegericht en we willen graag iets voor onze medemens betekenen. Tegelijkertijd zie je ook wel dat ouderen minder zelfstandig worden als wij taken uit handen nemen en bijvoorbeeld steeds de koffie gaan zetten.’ Om zorg toekomstbestendig te houden, is het noodzakelijk dat wij alleen die ondersteuning bieden die écht nodig is. ‘Juist omdat we met minder zorgprofessionals meer cliënten ondersteunen.’

Herwinnen wat is verloren

‘Vanuit het Reablement gedachtegoed laten we mensen herwinnen wat zij zijn verloren. Soms geeft een cliënt aan: ‘ik wil weer zelf naar de supermarkt kunnen lopen’. We zijn dan geneigd fysio in te schakelen en te richten op het beweegapparaat, maar wandelen gaat ook over het terugkrijgen van vertrouwen in jezelf. Durven alleen over straat te lopen en in een drukke winkel boodschappen te doen. Sociale contacten of een maatje hebben helpen daar ook bij.’



Lees verder 



Zorgverleners trainen

‘We kijken hoe we het gedachtegoed van Reablement verder kunnen toepassen in onze manier van werken en hoe we zorgprofessionals kunnen ondersteunen om dit in de praktijk te brengen. We leiden mensen op om hen bewust te maken van aangeleerd

gedrag, maar ook om door de ogen van de cliënt te kijken. Dat vraagt om een open gesprek met elkaar. We vullen niet in voor de cliënt. En natuurlijk moeten we ook verwachtingen van cliënten en naasten managen. We kunnen en zullen niet meer volledig ontzorgen en hebben de hulp van het netwerk om de oudere heen hard nodig.’

Erik: ‘Wat je ziet is dat wij soms uit een oude reflex reageren. Als iemand aangeeft: *“ik ben eenzaam”*, dan zeggen wij: *“dan komen wij wel even langs”*. Dan leert een cliënt niet meer om zelf te zoeken naar oplossingen of om een hulpvraag te stellen. Als iemands partner overlijdt die altijd het huishouden deed, is het dan aan de zorg of thuishulp om dit op te lossen? Of kunnen we de cliënt ook leren om het huishouden op te pakken? Zelfstandig of misschien met ondersteuning van een buur of familielid? Het voelt wel gek om de bal terug te kaatsen als zorgverlener. Daarom praten we met nieuwe cliënten direct vanuit de 5 stappen, zodat zij en hun naasten weten wat zij wel en niet van zorg kunnen verwachten.’

‘We reageren vanuit ons oude reflex’

Lees verder





Samenwerking

Een ander project gaat over het een goede samenwerking tussen wijkmedewerkers en behandelaren. 'Want de wijkverpleging heeft goed zicht op wat een cliënt wel of niet kan. Vervolgens is het belangrijk dat je daar goed over overlegt met elkaar. Dat vraagt veel van medewerkers en je moet elkaar goed weten te vinden. Doel is om écht samen te werken, integraal samenwerken. Dat is niet van vandaag op morgen gerealiseerd en moet ook groeien. Een eerste stap is bijvoorbeeld een digitaal hulpmiddelenspreekuur waarin kennis tussen ergotherapie en wijkverpleging gedeeld wordt.'

Over de regiovisie

Bekijk deze Regiovisie op de ouderenzorg: 'Positief Gezond oud worden is voor iedereen anders' via deze knop:

[Bekijk regiovisie](#)

regiovisie

omstand

De Meerlanden