

K

L

I

Meetinstrument

Mantelzorg

E

N

D

A

A

L



Gegevens

Invuldatum:	
Naam:	
Leeftijd:	
Geslacht:	Man / Vrouw / O

Aard van de zorgvraag

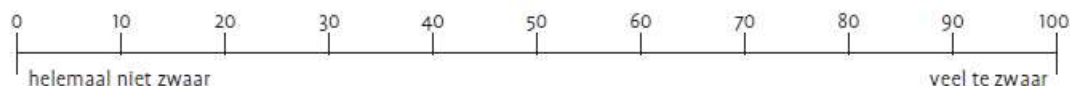
Diagnose naaste:	
Behandeling:	Klinische opname/ Poliklinisch / Revalidatie dagbehandeling
Relatie tot uw naaste:	
Hoe vaak is de zorg nodig?	☐ Af en toe ☐ Regelmatig overdag ☐ Continu overdag ☐ Dag en nacht
Welke zorg wordt verleend?	☐ Emotionele steun ☐ Begeleiding (bij bezoeken) ☐ Huishoudelijke hulp ☐ Praktische hulp ☐ Persoonlijke verzorging ☐ Verpleegkundige hulp ☐ Toezicht en controle ☐ Therapie, revalidatie, behandeling
Hoe is de verwachting over het ziekteproces?	☐ Herstel verwacht na (enkele dagen)/weken/maanden/jaren ☐ Stabiel ☐ Wisselende goede/slechte periodes ☐ Progressief ☐ Terminaal ☐ Verbetering, geen volledig herstel

Inhoud

1	Self – Rated Burden Scale	4
2	Caregiver Strain Index (CSI).....	5
3	Ecogram.....	6
4	Balans-analyse.....	8
5	Conclusie & Advies	9

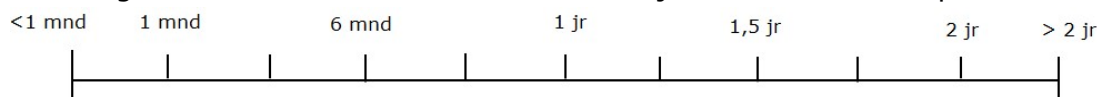
1 Self – Rated Burden Scale

- a) *Self-Rated Burden Scale*: Met het volgende instrument, de Self-Rated Burden Scale¹ trachten wij in kaart te brengen hoe het met u gaat. Wilt u met behulp van de volgende tool de ervaren belasting in uw huidige mantelzorgsituatie uitdrukken in een getal tussen 0 en 100. Zet een streep en/of vul dit in bij score.



Score ...

- b) Hoe lang houdt u het vol als de situatie zou blijven? Zet een streep in de onderstaande schaal en/of vul dit in bij score.²



Score ...

- c) Kunt u beschrijven welke factoren deze ervaren belasting in stand houden?

.....

.....

.....

- d) (Nevenvraag) Zijn er veranderingen in uw inkomsten/uitgaven omdat u zorgt?

.....

¹ Exel, N.J.A. van, W.J.M. Scholte op Reimer, W.B.F. Brouwer, B. van den Berg, M.A. Koopmanschap & G.A.M. van den Bos (2004). Instruments for assessing the burden of informal caregiving for stroke patients in clinical practice: a comparison of CSI, CRA, SCQ and Self rated burdens. In: *Clinical Rehabilitation* vol. 18, no. 2, pg. 203-214

² Wehelpen.nl. (z.d). *Bordje Vol: stap 4*. Geraadpleegd op 17 januari 2019 via <https://cooperatiewehelpen.nl/bordjevol/>

2 Caregiver Strain Index (CSI)³

De volgende vragen duiden ervaringen aan die voorkomen bij mensen in deze zelfde soort situatie als die van u. Wilt per vraag aankruisen of dit op u van toepassing is?

Vragen

	Ja	Nee
1. Mijn nachtrust is verstoord.	☐	☐
2. Hem of haar helpen kost me nogal wat moeite en tijd.	☐	☐
3. Ik vind het lichamelijk zwaar.	☐	☐
4. Het beperkt me in andere dingen die ik wil doen.	☐	☐
5. Wij hebben onze dagelijkse manier van doen moeten aanpassen.	☐	☐
6. Wij hebben onze plannen moeten wijzigen.	☐	☐
7. Er zijn ook andere zaken waaraan ik mijn tijd moet besteden.	☐	☐
8. Emotioneel gedragen we ons anders ten opzichte van elkaar.	☐	☐
9. Het gedrag van mijn man/vrouw maakt me soms van streek.	☐	☐
10. Het is pijnlijk te moeten zien dat hij/zij een ander persoon is geworden.	☐	☐
11. Ik heb mijn werk/baan moeten aanpassen aan de situatie.	☐	☐
12. Ik word geheel door deze situatie in beslag genomen.	☐	☐
13. We leven onder financiële druk.	☐	☐
Score	...	...

³ Vilans. (z.d.). *Meetinstrumenten bij (overbelasting) mantelzorgers: CSI*. Geraadpleegd via <https://www.vilans.nl/docs/producten/Care%20giver%20strain%20index.pdf>

3 Ecogram ⁴

Stap 1. Samenstelling

In deze stap brengen we samenstelling, samenhang en competenties van uw sociaal netwerk in kaart. Beantwoord de volgende vragen.

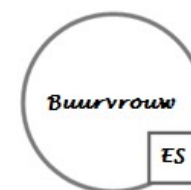
a) Hoeveel mensen zijn er betrokken? ☐ Flexibel naar behoefte ☐ 5 of meer vaste mensen ☐ ca. 3 vaste mensen ☐ 1 persoon b) Hoe is de samenstelling van het netwerk? ☐ Naaste familie ☐ Vrienden, buren, kennissen, (oud)collega's ☐ Vrijwilligers ☐ Professionals	c) Hoe is de samenstelling van het netwerk? ☐ Het bespreken van moeilijke zaken is mogelijk ☐ Het bespreken van moeilijke zaken wordt vermeden ☐ Er zijn irritaties en conflicten d) Beschikt de familie over voldoende bureaucratische vaardigheden? Denk aan: kennis van regel/wetgeving, ondersteuning, taal beheersing (anders taligen, ambtelijke taal) en sociale vaardigheden (assertiviteit). ☐ Bij meerdere leden ☐ Bij één lid ☐ Te weinig
---	--

Stap 2. Wie doet wat?

In deze stap brengen we het sociaal netwerk in kaart. Wie staat er zoal om u heen en wat betekenen deze personen voor u?

- a) De zorgvrager vult zijn/haar naam in het linker vierkant in. De mantelzorger vult zijn/haar naam in het rechter vierkant in.
- b) Vul zelfstandig of met behulp van uw maatschappelijk werker in de linker cirkels de naam/namen in van een vriend/familielid/buur/bekende/professional/groep die van belang zijn voor de zorgvrager en gebruik het kleine vierkante blokje om aan te geven wat zij doen, de afkortingen uit de lijst links boven in het model.
- c) Vul zelfstandig of met behulp van uw maatschappelijk werker in de rechter cirkels de naam/namen in van een vriend/familielid/buur/bekende/professional/groep die van belang zijn voor de mantelzorger en gebruik het kleine vierkante blokje om aan te geven wat zij doen, de afkortingen uit de lijst links boven in het model

Voorbeeld:

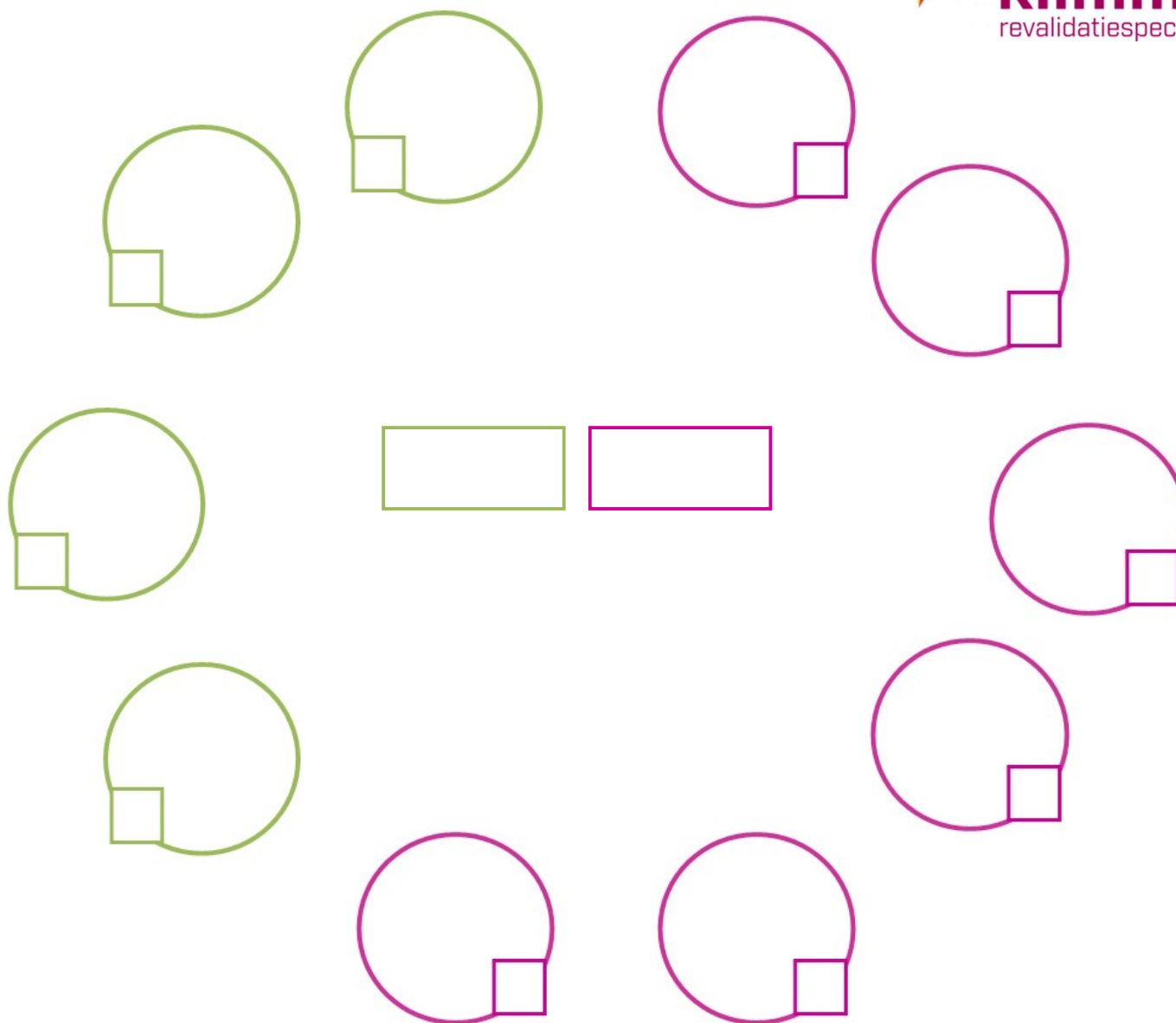


Let op: bij een tekort aan cirkels kunt u deze zelf toevoegen!

⁴ Movisie. (2012). *Mantelscan*. Geraadpleegd via <https://www.movisie.nl/publicatie/mantelscan>

Ecogram

ES	Emotionele steun
PS	praktische steun
BE	begeleiding
HH	huishoudelijk hulp
TR	therapie/revalidatie
PV	persoonlijke verzorging
VP	verpleegkundige verzorging
TC	Toezicht / controle
AI	Advies/informatie
GZ	Gezelschap



4 Balans-analyse ⁵

In deze stap brengen we uw draaglast (belasting) en draagkracht (belastbaarheid) in kaart.

De *draaglast* wordt gevormd door factoren en eisen uit uw omgeving die spanning veroorzaken in uw huidige situatie. De *draagkracht* wordt bepaald door de mogelijkheden die u ter beschikking heeft om spanning te voorkomen of om hier mee om te gaan. Vul zelfstandig of met behulp van uw maatschappelijk werker de uitkomst per factor in.

Factoren	Draagkracht	Draaglast
<u>Dagelijks functioneren:</u> <u>Inspanning/Ontspanning</u> • Wat kost u energie? • Waar haalt u energie uit? • Waar liggen uw dagelijkse beperkingen en mogelijkheden?		
<u>Kennis & inzicht:</u> <u>Ziektebeeld/ Wat is er (straks) nodig?</u> • Heeft u voldoende kennis over het ziektebeeld? • Heeft u inzicht op wat er straks in de thuissituatie nodig is aan ondersteuning, vaardigheden en takenverdeling?		
<u>Sociale contacten & luisterend oor:</u> <u>Praktisch / Emotionele steun</u> • Ontvangt u voldoende ondersteuning uit uw sociale netwerk? • Bij wie kunt u uw verhaal écht kwijt? • Heeft u behoefte aan lotgenotencontact?		
<u>Coping & Attitude:</u> <u>Gedrag / Denkwijze</u> • Hoe gaat u om met de situatie? • Waar liggen uw grenzen? • Hoe vanzelfsprekend is zorgen voor u? • Zijn er zingevingsvragen waar u nu mee zit?		

⁵ Variant op draagkrachtmodel Mantelzorg Vrijwillige thuishulp. Raad te plegen via <https://mvtarnhem.nl/hoe-kan-je-als-mantelzorger-balans-in-draaglast-en-draagkracht-in-kaart-brengen-en-behouden/>

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.