

AAN DE SLAG MET DE



# TOOLBOX

*Betekenisvol Contact*



**Draaiboek**

*voor twee trainings-  
bijeenkomsten*



# TOOLBOX



Ideeën voor betekenisvol contact tussen ouderen  
met dementie en familie of vrijwilligers

**relief**  
CHRISTELIJKE VERENIGING VAN ZORGAANBIEDERS

**relief**  
CHRISTELIJKE VERENIGING VAN ZORGAANBIEDERS



# Inleiding

Voor je ligt het draaiboek Werken met de Toolbox betekenisvol contact. De toolbox is gemaakt door Reliëf en ZinnigZorgen voor familie en vrijwilligers die ideeën en tips willen krijgen over hoe zij zinvol contact kunnen hebben met ouderen dementie. De toolbox is te downloaden via de website van Reliëf.

Familie en vrijwilligers zijn – dat weten we allemaal – heel belangrijk in het leven van deze ouderen. Het is belangrijk hen te helpen om zinvol contact te maken. De toolbox is hiervoor een zeer geschikt middel, vandaar deze training voor beroepskrachten in de zorg.

De training bestaat uit twee bijeenkomsten. In de eerste trainingsbijeenkomst ontwikkelen de deelnemers een plan om in de eigen organisatie of afdeling met de toolbox te gaan werken. In de tweede bijeenkomst – twee maanden later – bespreken ze hoe dit is gegaan en geven elkaar daarbij tips en feedback.

**Trijntje Scheeres - Feitsma**, Reliëf  
**Christien Begemann**, Zinnig Zorgen  
november 2018



## Wat komt er in de training aan bod?

- 1 Kennismaken met de toolbox
- 2 Goed in gesprek zijn: motiveren en enthousiasmeren
- 3 Oefenen hiermee
- 4 Plan maken voor je eigen afdeling/organisatie
- 5 Tussen de bijeenkomsten door: oefenen in eigen organisatie
- 6 Terugkoppelen hoe het is gegaan, tips en tops

Achter dit draaiboek vind je de materialen die je tijdens de bijeenkomsten kunt gebruiken.

Met dank aan:

FONDS  
SLUYTERMAN VAN LOO  
OUDERENPROJECTEN

RCOAK  
Rooswijk Catholijk Oude Arnen Kantoor

# Draaiboek

1<sup>e</sup> bijeenkomst

**Vooraf door deelnemers voorbereiden:**  
Lees hoofdstuk "Implementatie" uit de toolbox.

## Materiaal:

- aanwezigheidslijst
- naambordjes
- schrijfblokjes en pennen
- uitgeprint om uit te delen: casussen



**150  
minuten  
(2,5 uur)**



Tijd	Activiteit	Deelactiviteiten	Nodig / actie
	Ontvangst	Vragen aanwezigheidslijst in te vullen.	Aanwezigheidslijst neerleggen
		<b>Welkom Doel en Programma training Start maken</b>	
15	Welkom Voorstel- ronde	In tweetallen: "vertel over je voornaam, waar komt die vandaan?" <i>(NB: dit kan ook een mooi gespreksonderwerp zijn met bewoners)</i> Plenair: namenrondje Daarna uitleg van programma van vandaag	
		<b>1. DE TOOLBOX</b>	
10	Presenteren toolbox	Bespreken toolbox, zie <a href="https://www.relief.nl/toolbox-betekenisvol-contact/">https://www.relief.nl/toolbox-betekenisvol-contact/</a> Laat de indeling zien, een paar voorbeelden van activiteiten, en het hoofdstuk over implementatie	Online verbinding
20	Ervaringen uitwisselen	Is er iemand die een mooie ervaring met betekenisvol contact tussen familie / vrijwilligers en bewoners wil delen?	
20	Pitch	Individueel: schrijf in maximaal vijf regels op wat je wil bereiken met dit project als je het aan een collega of familielid zou uitleggen. Daarna in tweetallen uitwisselen Plenair: vijf mensen het woord geven	

Tijd	Activiteit	Deelactiviteiten	Nodig / actie
10	PAUZE		
		<b>2. SAMENWERKEN EN MOTIVEREN, HOE DOE JE DAT?</b>	
10	Intro gespreks-techniek	<p>Korte intro: om familie en vrijwilligers te enthousiasmeren is het belangrijk om contact te maken en aan te sluiten bij de ander voordat je tot samenwerking kan komen.</p> <p>Motiverende gespreksvoering:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aansluiten bij de ander doe je door open vragen te stellen, door te vragen en samen te vatten (LSD). Zie <a href="http://www.zorgvoorbeter.nl/communiceren">www.zorgvoorbeter.nl/communiceren</a></li> <li>• Verandertaal: uitspraken waarmee de ander haar eigen motivatie om te veranderen versterkt, gaat uit van het positieve.</li> <li>• Voorbeeldvragen: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Wat zou u graag willen doen met uw vader/moeder/een groepje?</li> <li>– Hoe zou u het kunnen aanpakken?</li> <li>– Wat zou u helpen om de eerste stap te kunnen zetten?</li> <li>– Wie zou hierbij kunnen helpen?</li> </ul> </li> </ul> <p>Lees meer info over motiverende gespreksvoering op <a href="http://www.zorgvoorbeter.nl/communiceren-in-de-zorg/motiverende-gespreksvoering">www.zorgvoorbeter.nl/communiceren-in-de-zorg/motiverende-gespreksvoering</a>.</p>	<p>Uitdelen brochure <i>Goed in Gesprek</i></p> <p>Uitdelen bijlage <i>Hoe kun je verandertaal uitlokken?</i></p>

Tijd	Activiteit	Deelactiviteiten	Nodig / actie
20	Oefenen Motiverend gesprek	<p>Oefenen in drietallen (1 is proefpersoon, 1 speelt zichzelf en 1 observeert):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• CASUS 1: collega die dit niet belangrijk vindt</li> <li>• CASUS 2: een vrijwilliger die over het algemeen vooral koffie inschenkt</li> <li>• CASUS 3: een familielid die meestal met vader of moeder op de kamer gaat zitten</li> </ul> <p>Deel de casussen uit, 1 per groepje. Vraag hen de rollen snel te verdelen. Geef ruim tien minuten voor de oefening. Nabespreking in het groepje (5 minuten):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Observator: zag die hoe het gebruik van open en gesloten vragen ging? Gebruikte hij/zij LSD? Kon de 'medewerker' verandervragen gebruiken?</li> <li>• Degene die collega, vrijwilliger of familielid speelde: hoe ervaaarde je het, werd je gemotiveerd en waardoor wel en waardoor niet?</li> </ul> <p>Plenair nabespreken (5 minuten)</p>	Casussen uitdelen
25	Plan maken	<b>Per locatie: maak een plan hoe je de komende maanden aan de slag gaat</b>	Uitdelen bijlage <i>format plan</i>
10		Plenair kort uitwisselen zodat je van elkaar dingen kunt oppikken	
10		Evaluatie	Tips en tops

# Draaiboek

2<sup>e</sup> bijeenkomst

**Vooraf door deelnemers voorbereiden:**  
Lees hoofdstuk "Implementatie" uit de toolbox.

## Werkmateriaal:

- aanwezigheidslijst
- naambordjes
- schrijfblokjes en pennen
- gele en rode post-its
- flap-overvellen en paar dikke stiften



**120  
minuten  
(2 uur)**



Tijd	Activiteit	Deelactiviteiten	Nodig / actie
	Ontvangst	Vragen aanwezigheidslijst in te vullen.	
		<b>Welkom, opwarmen</b> <b>Doel en Programma training</b> <b>Start maken</b>	
20	Welkom	In tweetallen: Schrijf voor jezelf op een post-it in een paar zinnen een mooie ervaring op rondom betekenisvol contact, liefst een van een vrijwilliger of familielid. Zoek daarna iemand op van een andere organisatie en wissel dat met elkaar uit. Plenair: een paar mooie ervaringen laten terugkomen. Daarna uitleg van programma van vandaag	
		<b>SUCCESEN EN KNELPUNTEN UITWISSELEN</b>	
10	Individueel	Iedereen krijgt een paar gele en rode post-its. Op de gele worden de succesfactoren geschreven en op rode de knelpunten. Hang drie flap-overvellen op met boven de ene 'succesfactoren', boven de andere 'knelpunten' en boven de derde 'thema's'. De deelnemers plakken hun post-its op de flappen 1 en 2 en clusteren zelf een beetje, help daarmee. Benoem samen thema's (bijv. collega's meekrijgen of makkelijk in gebruik) in succesfactoren en knelpunten, en schrijf die op de derde flap.	

<b>Tijd</b>	<b>Activiteit</b>	<b>Deelactiviteiten</b>	<b>Nodig / actie</b>
30	Ervaringen uitwisselen en tips benoemen	Maak groepen van vier personen, gemengd over de organisaties. De groepen bespreken de geclusterde knelpunten. Bevrraag elkaar waarom het een knelpunt is, en geef elkaar tips. Gebruik hierbij ook de succesfactoren, die kunnen tot hulp zijn bij de knelpunten.	
15	Plenair uitwisselen	Ieder groepje geeft terug welke tips en oplossingen er bedacht zijn. De trainers schrijven ze op flap-overs en vullen zelf aan als zij oplossingen zien of kennen waar de deelnemers niet aan gedacht hebben.	
	PAUZE		
<b>WERKEN AAN PLAN VAN AANPAK</b>			
25	Werken per organisatie	Je maakt groepjes, liefst per organisatie. In die groep bespreken de deelnemers wat ze uit het voorgaande meenemen voor hun plan van aanpak en noteren dat voor zichzelf. Gebruik het werkblad.	Uitdelen bijlage <i>werkblad format</i>
10	Plenair uitwisselen	Plenair presenteren, de rest van de groep geeft feedback.	
10		Vraag deelnemers wat ze van de bijeenkomst vonden en waarmee ze naar huis gaan, ieder om de beurt: <i>"Ik ga naar huis uit deze training en ik neem eruit mee: ..."</i>	

# BIJLAGE BIJEENKOMST 1:

## *casussen bijeenkomst*

### Casus 1

TRAINING  
*Betekenisvol Contact*

De dochter van mevrouw van der Plas komt drie keer per week 's middags een paar uurtjes bij haar moeder. Vaak gaat ze met haar moeder weg, naar buiten of het restaurant. Soms zit ze ook even in de huiskamer en zie je dat ze ook met een andere bewoner praat.

Je gaat het gesprek aan met het doel om haar te vragen of ze mee wil doen aan Betekenisvol Contact door de toolbox te bekijken en een idee eruit uit te proberen in de huiskamer.

### Casus 2

TRAINING  
*Betekenisvol Contact*

Er is een vrijwilligster die twee keer per week in de huiskamer is voor koffie, thee en gezelligheid. Ze is vooral bezig met opruimen en koffie en thee aanbieden. Jij ziet wel kans om haar te vragen om samen met een familielid dat er vaak is de toolbox te bekijken en er iets uit te kiezen om in de huiskamer met bewoners te doen.

### Casus 3

TRAINING  
*Betekenisvol Contact*

Je hebt een collega die volgens jou heel geschikt is om samen met een vrijwilliger de toolbox eens te bekijken, er wat uit te kiezen en de vrijwilliger te ondersteunen om daar samen met bewoners wat mee te gaan doen. Je collega denkt dat het alleen maar meer werk oplevert en het is al zo druk. Jij gaat het gesprek aan om je collega te motiveren om toch uit te proberen wat dit oplevert: meer tevreden bewoners en gezelligheid, dus minder zorgvraag.





# BIJLAGE BIJEENKOMST 1:

## *Hoe kun je verandertaal uitlokken?*



Als voorbeeld: stel je wil een familielid vragen om een activiteit samen met een groepje bewoners te doen.



### **Door de nadelen van de mogelijke verveling van de bewoners te bevragen.**

'Wat vindt u van de sfeer hier in de huiskamer?'

'Wat vindt u van de levendigheid in de huiskamer?'



### **Door de voordelen van een activiteit doen te bevragen.**

'Wat zijn volgens u de positieve kanten aan samen een activiteit doen?'

'Hoe zou u graag willen dat de sfeer en levendigheid hier in de huiskamer zijn?'



### **Door optimisme over een activiteit doen te bevragen.**

'Welke persoonlijke positieve punten heb jij die je kunnen ondersteunen als je een activiteit doet?'

'Van wie zou je steun kunnen verwachten of willen hebben?'



### **Door wat een activiteit doen concreet kan zijn onder woorden te brengen.**

'Wat denkt u dat u zou kunnen doen?'

'Wat zou u willen proberen?'











