

Factsheet Positieve Gezondheid en dementie

7 INZICHTEN VOOR ZORGPROFESSIONALS



Vooraf



Vooraf

OVER POSITIEVE GEZONDHEID

Mensen zijn niet hun ziekte. Dat beseft, daar draait het om bij Positieve Gezondheid. De nadruk ligt dan niet op de aandoening, maar op de veerkracht van mensen en wat hun leven betekenis geeft. Positieve Gezondheid is daarmee een gedachtegoed met een brede kijk op gezondheid aan de hand van zes dimensies: lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren.

Het gedachtegoed is vertaald naar een gespreksinstrument: de tool Mijn Positieve Gezondheid. In deze tool worden de zes dimensies weergegeven in een spinnenwebdiagram. Zorgverleners en cliënten kunnen met die uitkomsten een ander soort gesprek voeren; een gesprek dat niet draait om het advies van een deskundige maar om het luisteren naar iemands wensen en behoeften en daarop inspelen. Het doel van deze brede benadering is om bij te dragen aan het vermogen van mensen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen in het leven om te gaan en zo veel mogelijk zelf de regie te voeren.

OVER ONS ONDERZOEK

Vilans werkt samen met het Institute for Positive Health (iPH) aan het verspreiden en implementeren van het gedachtegoed van Positieve Gezondheid. iPH heeft in 2018 een handreiking ontwikkeld over hoe je Positieve Gezondheid in kunt zetten in de zorg voor ouderen. Bij de handreiking hoort een toolbox met ondersteunende instrumenten, waaronder het gespreksinstrument Mijn Positieve Gezondheid. In deze handreiking wordt ook kort ingegaan op toepassing in de zorg voor mensen

met dementie. In de praktijk bleek de behoefte te leven aan een nadere uitwerking van de vraag hoe Positieve Gezondheid ingezet kan worden als onderdeel van persoonsgerichte zorg voor mensen met dementie. Persoonsgerichte dementiezorg is afgestemd op de specifieke en individuele belevingswereld van de persoon met dementie en diens mantelzorgers, waarbij iemand met dementie als volwaardig wordt gezien. Bij het bieden van persoonsgerichte zorg verdiep je je in het perspectief van die persoon en ga je uit van zijn of haar mogelijkheden (Zorgstandaard Dementie, 2020).

Daarom heeft Vilans, in samenwerking met iPH, in 2020 de volgende vragen opgepakt:

- Welke praktijkervaringen zijn er in het werken met Positieve Gezondheid in de zorg en ondersteuning voor mensen met dementie?
- Hoe kan het gespreksinstrument Mijn Positieve Gezondheid ingezet worden bij deze doelgroep?
- Hoe kunnen andere tools en instrumenten hieraan bijdragen?

WAT WE GEDAAN HEBBEN

We hebben gezocht naar literatuur en documenten uit de praktijk over Positieve Gezondheid in de zorg voor mensen met dementie. De resultaten hebben we verwerkt in een lijst met onderwerpen voor interviews. De deelnemers voor deze interviews hebben we geworven via iPH, via implementatietrajecten bij Vilans en via een oproep op het Channel Positieve Gezondheid. We hebben in totaal 25 interviews afgenomen bij twee groepen:

- onderzoekers op het gebied van kwaliteit van leven en welbevinden bij mensen met dementie;
- professionals in de zorg voor mensen met dementie (projectleiders, teamcoaches, trainers en wijkverpleegkundigen) die in de dagelijkse praktijk werken met Positieve Gezondheid of van plan zijn dit te gaan doen.

De interviews hebben we thematisch geanalyseerd. Een samenvatting van de resultaten hebben we in een digitale bijeenkomst voorgelegd aan geïnterviewden en andere betrokken experts. De volgende vragen stonden daarin centraal:

- Herken je je in deze bevindingen?
- Welke vind je echt belangrijk?
- Welke ondersteuning heb jij nodig in de dagelijkse praktijk om het gedachtegoed van Positieve Gezondheid goed te kunnen toepassen?

WAT DAT OPLEVERDE

De resultaten van de interviews en de reflectiebijeenkomst vind je terug in deze factsheet. Voor de indeling hebben we ons laten leiden door zeven onderwerpen die het meest genoemd werden door de deelnemers. In 2021

vertalen we deze inzichten in een kennisproduct dat zorgprofessionals op praktische wijze ondersteunt in het toepassen van het gespreksinstrument Positieve Gezondheid bij mensen met dementie.

De citaten in deze factsheet zijn afkomstig van de zorgprofessionals die we interviewden. Verder spreken we in deze factsheet steeds over 'hij' als we de persoon met dementie of de zorgmedewerker bedoelen. Natuurlijk kun je daar ook 'zij' lezen.

Meer weten:

Positieve Gezondheid:

- Positieve Gezondheid op de [website van Institute for Positive Health \(iPH\)](#)
- [Werken met Positieve Gezondheid | Vilans](#)
- [Artikel Huber en Jung \(2015\): Persoonsgerichte zorg is gebaat bij kennis van ziekte en gezondheid](#)

Persoonsgerichte zorg voor mensen met dementie:

- [Zorgstandaard Dementie \(2020\)](#) en [kennisdossiers](#)
- [Het thema 'persoonsgerichte zorg'](#) (Waardigheid en trots)
- [De publicatie 'Ken je client'](#) (Waardigheid en trots)
- [Nieuwsberichten over persoonsgerichte zorg | Kennisplein Zorg voor Beter](#)



1. Kiezen welke versie van het gespreksinstrument je wilt gebruiken

OVER POSITIEVE GEZONDHEID

Positieve Gezondheid kun je voor verschillende doelgroepen inzetten. Daarom heeft iPH verschillende versies ontwikkeld van het spinnenweb. Je kunt bijvoorbeeld kiezen voor een eenvoudige of een verkorte versie. De eenvoudige versie is geschreven in nog begrijpelijker taal, heeft meer illustraties en bevat een voorleesfunctie. De verkorte versie bestaat uit slechts zes vragen; één voor elke dimensie. In interviews hebben we gevraagd naar ervaringen in het gebruik van de eenvoudige versie van het gespreksinstrument bij mensen met dementie.

Genoemde voordelen:

- Je kunt het instrument online afspelen en beluisteren.
- Duidelijk en overzichtelijk, het begeleidende document voor professionals helpt bij het gebruik.
- De persoon met dementie kan direct aangeven welke pijler en vraag belangrijk is.
- Het gebruik van smileys kan helpen maar dat verschilt per persoon.

Genoemde nadelen:

- Met 42 vragen is deze versie nog vrij lang, de verkorte versie is dan mogelijk een alternatief.
- Niet alle vragen zijn van toepassing op de situatie van mensen met dementie.

TIP:

Op de website van iPH staan vragen die kunnen helpen bij het kiezen van het juiste instrument. Denk bijvoorbeeld aan: met wie voer je het gesprek en in welke setting, hoe is de taalvaardigheid, hoe is de concentratie en hoeveel tijd heb je om samen de tool in te vullen?

‘Ik gebruik het boekje ‘Spreeken over vergeten’ om de onderdelen van het gespreksinstrument te vertalen naar de situatie van de persoon met dementie. De vragen in dit boekje komen overeen met de vragen van het spinnenweb.’

‘Soms kan het prettig werken om enkel het spinnenweb uit te printen en als leidraad voor het gesprek te gebruiken.’

Meer weten:

- Selecteren van de gesprekstool (website iPH)
- Eenvoudige tool en begeleidingsdocument voor zorgprofessionals voor gebruik (website iPH)
- Verkorte tool uit toolbox koploperafel ouderen (website iPH)

2. Het 'andere' gesprek voeren

Mensen met dementie kunnen het spinnenweb meestal niet zelfstandig invullen. Zorgprofessionals kunnen dit doen tijdens het gesprek - zo mogelijk samen met de persoon met dementie - of na afloop. Doel is het voeren van het 'andere' gesprek. Je legt niet de nadruk op de vragen, maar je praat over wat de persoon op dat moment wil bespreken. Kenmerkend voor het andere gesprek is dat je contact maakt, aandachtig luistert en de ander helpt om zo veel mogelijk zijn eigen oplossingen te vinden. Als professional neem je een meer coachende rol aan. Het gespreksinstrument kan helpen om dat gesprek op gang te brengen. Het gesprek draait dus ook niet om de feitelijke scores maar meer om wat ze betekenen voor de betrokkene.

« *'Ik leg niet de nadruk op wat ik wil onderzoeken, ik wil gewoon laten zien hoe het met iemand gaat en daar gebruik ik het spinnenweb voor.'*

OBSERVEER EN VRAAG DOOR

Kijk goed naar de non-verbale signalen en het gedrag van de persoon met dementie. Wat kun je uit het dagelijks contact halen? Wat zie je in de gezichtsuitdrukking? Is deze uitdrukking anders dan gisteren of eergisteren? Wat valt je op aan de lichaamsbewegingen? Hoe reageert hij op een mantelzorger of andere naaste? Vraag door en combineer je observaties. Een groepsgesprek kan ook helpend zijn. Je kunt dan het verhaal van de een combineren met dat van de ander.

« *'Let op lichaamstaal en de gezichtsuitdrukking om te zien of iemand je begrijpt.'*

VOER HET GESPREK OP MEERDERE MOMENTEN

Het is nuttig om het gesprek niet alleen op gezette tijden te voeren, maar juist ook bij veranderingen. Denk bijvoorbeeld aan de overgang van thuis naar het verpleeghuis of het overlijden van een dierbare. Dit soort veranderingen hebben mogelijk gevolgen voor de ervaren gezondheid. Ook bij vergevorderde dementie kun je het gesprek vaak nog - aangepast - voeren. Misschien lukt het niet meer om de vragenlijst in te vullen, maar mensen kunnen nog wel hun emotie en gevoel uiten.

« *'Als mensen naar het verpleeghuis verhuizen, verandert ook het spinnenweb. Het is belangrijk dit goed in beeld te hebben.'*

HOUD REKENING MET DE BELASTBAARHEID

Verdeel het gesprek over verschillende momenten. Luister goed naar de persoon met dementie, zo kun je vaak al bepalen wat voor hem de belangrijkste pijlers zijn. Begin bij de pijler die voor hem het meest belangrijk is. Sommige pijlers kun je misschien snel afhandelen, bij andere sta je wat langer stil. Het is tenslotte maatwerk. Wordt een pijler niet genoemd? Dan is die wellicht minder belangrijk.

TIPS:

- Sluit aan bij de persoon, ook in taal en woorden. Toon oprechte interesse.
- Richt je in het gesprek op de mogelijkheden in plaats van de beperkingen maar sta ook stil bij beperkingen of verlies als iemand het hierover wil hebben.

Meer weten:

- [Communiceren met mensen met dementie](#) (website Zorg voor beter)
- [Werkboek Goed in gesprek](#) (website Zorg voor beter)
- [Vragenlijst dementie](#)
- [Handreiking communicatie met mensen met dementie, hun mantelzorgers en betrokken zorgprofessionals \(V&VN, 2020\)](#)
- [CCE e-learning dementie en onvermogen tot communicatie](#) (Waardigheid en trots)

3. Wel of geen cijfers geven?

Mensen met dementie vinden het vaak lastig om cijfers te geven. Natuurlijk hangt dat af van de persoon en van de fase van de ziekte. Kijk dus altijd wat haalbaar is. Realiseer je ook dat het spinnenweb geen meetinstrument is. De cijfers kunnen je helpen een globaal beeld te krijgen (wat gaat goed en wat minder) maar het zijn geen absolute waarden. Kijk vooral naar de verschillen in scores tussen de verschillende pijlers.

Waar je op kunt letten in het gesprek om een bepaalde waarde aan uitspraken toe te kennen:

- **Herhaling:** als een onderwerp steeds terugkomt is de kans groot dat iemand het écht belangrijk vindt.
- **Woordgebruik:** woorden als ‘heel erg leuk’, ‘erg mooi’ geven vaak aan dat iemand bepaalde informatie belangrijk of waardevol vindt.
- **Lichaamstaal:** hoe zit iemand erbij, hoe kijkt hij uit zijn ogen, waar reageert hij op?
- **Sociaal wenselijke antwoorden:** zegt de persoon met dementie wat hij echt vindt of wat jij of de mantelzorger graag hoort?

TIPS:

- Wees je bewust van je eigen aannames als je luistert en een cijfer invult.
- Reserveer bij het invullen ook ruimte voor antwoorden van de mantelzorger en professional. Bekijk vervolgens het spinnenweb met de antwoorden van de persoon met dementie, de mantelzorger en jezelf. Dat levert vaak waardevolle informatie op. Juist de punten van verschil zijn interessant om over te praten. De ervaring leert dat de persoon zelf soms hoger scoort dan de omgeving verwacht en dat de lijdensdruk dus ook minder is dan verwacht.
- Om een zo betrouwbaar mogelijk beeld te krijgen kun je een pijler nog een tweede keer terug laten komen in het gesprek.

4. De rol van de mantelzorg

Je voert het gesprek natuurlijk met de persoon zelf, maar betrek zo mogelijk ook een mantelzorg erbij. Vooral voor mensen met vergevorderde dementie is het perspectief van naasten waardevol en vaak onmisbaar. Een zoon of dochter kan vertellen van welke muziek vader houdt, de echtgenote weet welke slaapgewoontes hij heeft. Ook kunnen mantelzorgers en naasten het non-verbale gedrag vaak beter duiden. Zo kun je je inzichten verbreden en verdiepen.

De mantelzorg kan ook zorgen voor een vertrouwelijke sfeer en kan helpen de vragen anders te formuleren als dat nodig is. Vraag de mantelzorg zich zo neutraal mogelijk op te stellen. Wees je bewust van de verschillende ideeën en perspectieven en geef iedereen de ruimte om alles op tafel te leggen. Vraag bijvoorbeeld ook: waar worden jullie samen blij van?

Je kunt er ook voor kiezen de persoon met dementie en de mantelzorg los van elkaar te spreken. Zo kun je 'beïnvloeding' voorkomen. Denk bijvoorbeeld aan de mantelzorg die de vragen invult of de persoon met dementie die goedkeuring vraagt aan de mantelzorg. Natuurlijk blijft het perspectief van de persoon met dementie leidend.

TIP:

Ook voor de mantelzorg zelf kan het fijn zijn om met behulp van Positieve Gezondheid naar de eigen wensen en behoeften te kijken.

'Ik denk dat je bij mensen met dementie juist anderen erbij moet halen om de persoon centraal te stellen, omdat de persoon dat zelf voor een deel niet meer kan. Je hebt mensen in zijn omgeving nodig die meedenken. Dat is geen tegenstelling.'

Meer weten:

- [Toolbox Samen beslissen bij dementie](#) (Dementiezorg voor elkaar)
- [Handleiding V&VN](#) over communicatie mensen met dementie en mantelzorgers (2019)
- [CCE e-learning dementie en relatie met familie](#)

5. De rol van de fysieke omgeving

De fysieke omgeving kan de persoon met dementie mogelijk helpen om zijn ervaringen en behoeften te delen. Vraag niet naar herinneringen, maar sluit aan bij het hier en nu met behulp van persoonlijke aanknopingspunten in de kamer. Zo bouw je vertrouwen op en kun je via een omweg de belangrijkste pijlers bespreken. Dat kan bijvoorbeeld met:

BEELDEN

Denk aan een fotoboek, beeldkaarten, een levensloopverhaal of een levensschilderij. Sluit aan bij wat je ziet bijvoorbeeld met vragen als 'wandelt u graag in het bos?' of 'houdt u van tuinieren?'.

MUZIEK

De meeste mensen houden van muziek, ook al verschillen de smaken. Aansluiten bij die persoonlijke voorkeuren kan een goede ingang bieden en het contact opener maken.

VOORWERPEN

Maak het voelbaar voor mensen die het niet zo goed kunnen vertellen. Gebruik voorwerpen die iemand vast kan houden, bijvoorbeeld een boek, een foto of een dierbaar souvenir.

TIP:

De fysieke omgeving kan het contact bevorderen, maar pas op voor een overmaat aan prikkels.

‘Ik merk dat muziek of liedjes altijd goed werken, daar kan mijn moeder gesprekken over hebben, dus dat is een uitstekende vorm om contact mee te krijgen.’

Meer weten:

- Beelden: Een fotoboek, het 'levensschilderij' of andere tools voor in kaart brengen van levensloop, tool 'sprekende beelden', fotoboek, tools voor fotokaarten; [inspiratiekaarten Welbevinden](#)
- Muziek: bijvoorbeeld ['Playlist for Life'](#), waar je een persoonlijke muziklijst kunt samenstellen
- De [onderzoeksbbox van Vilans](#) bevat verschillende creatieve tools als hulpmiddel voor het maken van contact en voor het voeren van het gesprek
- Het boekje [Spreken over vergeten](#)
- [De Tovertafel](#)

6. Uitkomsten vertalen naar acties

Je hebt het gesprek gevoerd en het instrument ingevuld. Samen met de persoon met dementie en familie of mantelzorger bedenk je wie of wat kan helpen om de situatie te veranderen of een wens te realiseren. Je wilt de regie zoveel mogelijk bij de persoon zelf houden. De belangrijkste vragen zijn dus: wat kan hij zelf doen, wat heeft hij daarvoor nodig en kunnen familie, mantelzorgers en/of zorgprofessionals daarbij helpen. Vooral bij mensen met vergevorderde dementie is deze driehoek belangrijk om samen tot een besluit te komen.

“Er zijn genoeg ouderen die niet gewend zijn om erover te praten. Alles gaat gewoon goed en er hoeft niks te veranderen, denken ze. Maar *dán* is het *dus* belangrijk dat de medewerker in staat is om door te vragen op de juiste manier, want achter dat antwoord ligt vaak toch nog wel een behoefte.”

“Voor mensen die verder zijn in de dementie is het een stuk lastiger om die eigen regie in de veranderwens concreet te maken. Dus daar moeten we *wél* over in gesprek en ook de mantelzorger erbij betrekken.”

“Wat kan de cliënt zelf nog en welk beeld hebben mantelzorger, familie en medewerkers daarvan? Dat is een spannend proces maar ik denk dat dat ook aan de orde moet komen bij het realiseren van wensen en behoeften. Hoe interpreteer jij dat en zien we dat gelijk?”

TIPS:

- Een groepsgesprek kan helpend zijn. Met het verhaal van de een kun je op een natuurlijke manier een bruggetje maken naar dat van de ander: ‘Hoe zit dat eigenlijk bij u?’
- Bespreek in het omgangs- of teamoverleg welke afspraken zijn gemaakt met de persoon met dementie en de familie en hoe hier opvolging aan gegeven kan worden.

7. In je organisatie aan de slag met Positieve Gezondheid

Wil je in jouw organisatie aan de slag met Positieve Gezondheid? Dan geven we hieronder een aantal aanbevelingen op het niveau van medewerkers en op het niveau van team en organisatie. Algemene informatie over de implementatie van Positieve Gezondheid vind je bij 'Meer weten'.

TIPS VOOR MEDEWERKERS:

- Besteed aandacht aan het observeren van de persoon met dementie en hoe je lichaamstaal en gedrag kunt interpreteren, bijvoorbeeld in scholing. Dit is vooral belangrijk als iemand zijn wensen en behoeftes niet goed meer kan vertellen.
- Besteed ook aandacht aan het betrekken van de mantelzorger in het gesprek en hoe je je bewust kunt zijn van de verschillende rollen en inzichten binnen een familie(systeem).
- Denk bij het implementeren aan het betrekken van psychologen, medewerkers welzijn of andere professionals met expertise in communicatie, observatie van gedrag en het vertalen van de behoeften van de persoon met dementie. Het kan zinvol zijn om in (na)scholing aandacht te besteden aan gesprekstechnieken in de zorg en ondersteuning van mensen met dementie.
- Een coördinerend verpleegkundige of teamcoach kan medewerkers begeleiden in het 'on the job' toepassen van het gedachtegoed Positieve Gezondheid in combinatie met bovengenoemde observatievaardigheden.

‘Bij Positieve Gezondheid wil je niet alleen het gesprek voeren, maar ook de vertaling maken naar wat er nog wel kan en wat iemand nog wil. Medewerkers welzijn zijn hiervoor opgeleid.’

TIPS VOOR TEAM EN ORGANISATIE

- Als meerdere mensen in het team betrokken zijn bij het voeren van het gesprek over Positieve Gezondheid, bespreek dan hoe en wanneer je de afspraken communiceert met collega's en eventueel vastlegt in het zorgleefplan.
- Kijk of de zes pijlers van Positieve Gezondheid aan kunnen sluiten bij bestaande formulieren of methodieken. Denk bijvoorbeeld aan het format van een intake, een observatiemethode, de levensloop, het zorgleefplan of het ECD.

‘Verbind Positieve Gezondheid aan het zorgleefplan, zie het als de rode draad in het ziekteproces en combineer het met de aanbevelingen uit de Zorgstandaard.’

Meer weten:

- [Spoorboekje Positieve Gezondheid \(Vilans\)](#)
- [Aan de slag met Positieve Gezondheid \(Vilans\)](#)
- [8 tips voor werken met Positieve Gezondheid \(Vilans\)](#)

COLOFON

Projectgroep Vilans:

Hanneke Noordam, Aranka Schouten (stagiair),
Janna Stout, Femke de Wit

Vanuit IPH:

Malou Timmers

Tekstredactie:

Pauline van Tienhoven

Vormgeving:

Marcom+design, Utrecht

Met dank aan alle deelnemers aan de interviews
en de reflectiebijeenkomst.