

## TRAININGSTRAJECT PILOT FAMILIEZORG 2018



“Samen meer zorgen voor elkaar”

Speciaal voor zorg- en welzijnsprofessionals. Voorkom overbelasting door het versterken van mantelzorgers én hun gehele zorgsysteem.

## Trainingstraject pilot Familiezorg 2018

**ONZE MISSIE: MINDER OVERBELASTING BIJ MANTELZORGERS DOOR HET VERSTERKEN VAN HET GEHELE ZORGSYSTEEM. MAAK KENNIS MET DE INTEGRALE AANPAK VAN METHODE FAMILIEZORG!**

### Introductie

We komen ze vaak tegen; mantelzorgers bij wie het water aan de lippen staat, die alsmear in hun eentje door blijven ploeteren tot ze niet meer kunnen. Veel mantelzorgers vinden het lastig om hulp te vragen. Ze geven aan dat ze anderen liever niet storen.

Willen we als hulpverleners niet steeds achter de feiten aanrennen en nieuwe hulpvragers er bij krijgen dan hebben we er belang bij om mantelzorgers op tijd te bereiken.

Tijdige interventie is nodig om deze mantelzorgers te helpen met voldoende energie de zorg zo lang mogelijk vol te houden. Niet in hun eentje maar samen!

Het samen zorgen is de essentie van Familiezorg (\*1). Familiezorg is ontstaan uit de behoefte aan relationele ondersteuning van familieleden die voor hun naasten zorgen.

Door de ondersteuning waarin zorgvrager én familiezorger gezamenlijk worden begeleid wordt stress bij familiezorgers (mantelzorgers) tegen gegaan (\*2).

Hulpverleners die willen inzetten op het relationele en systeemgerichte begeleiden van families ter voorkoming van overbelasting van individuele mantelzorgers worden uitgenodigd mee te doen met het trainingstraject van de pilot Familiezorg.

Deze pilot is een initiatief van PEP Den Haag (participatie en emancipatie professionals) en van het trainingsbureau Succesvolle Praktijken (missies.nl). Startperiode: September 2018.

Hoe de pilot er concreet uitziet, welke onderwerpen we gaan behandelen en wat de training je gaat opleveren lees je hieronder.

## Onderwerpen trainingstraject pilot Familiezorg

- ✓ Doelgroepenanalyse, **type mantelzorgers**, thematiek (problematiek) en **gewenst ondersteuningsaanbod**.
- ✓ Wat is **familiezorg**? De **voordelen** ten opzichte van traditionele mantelzorgondersteuning?
- ✓ **Systemisch en relationeel werken**; kennis van en hoe te integreren binnen bestaande dienstverlening.
- ✓ Werken met het **genogram** (posities familieleden, **inzicht in gezinsthema's**, culturele herkomst; de taal van de familie, familieopstellingen).
- ✓ **Het familiegesprek als centrale interventie**; toepassing in de praktijk, vraagverheldering, signaleren van zorgstress en zorgvreugde.
- ✓ **Onderhandelen, overleg en samenspel met betrokken organisaties** initiëren (de zorgtriade).
- ✓ Digitale ondersteuningsmogelijkheden voor het **bereiken en versterken van meer mantelzorgers**.

*“ Wat ik leerde met de methode Familiezorg is om meer in gesprek te gaan met de zorgvrager en de familie en als hulpverlener minder de regie te willen nemen. En daarnaast meer uit te gaan van hun behoeften en wensen. Open communicatie lijkt vanzelfsprekend, maar is dat niet altijd! “*

## Resultaten

### Als deelnemer leer je hoe je:

- systeem- en relationeel gericht werken toepast;
- het genogram (posities familieleden) inzet ter ondersteuning van het hulpverleningsproces;
- de zorgtriade gebruikt ten behoeve van een efficiënte afstemming met familie, andere naasten en met het netwerk van professionals;
- vraagverheldering en coaching vaardigheden toepast;
- zorggesprekken met het hele gezin voert;
- zorgstress en zorgvreugde signaleert en bespreekbaar maakt;
- digitale ondersteuningsmogelijkheden inzet t.b.v. afstemming en communicatie.

### Je weet na afloop:

Alle aspecten van familiezorg in de praktijk te integreren.

### En je bent je als hulpverlener bewust van:

Jouw rol, positie en verantwoordelijkheden binnen omgevingen van familiezorgsystemen.

*“ Een kind geeft niet aan overbelast te zijn en houdt zorg af. De ouder heeft door zijn cognitieve stoornissen geen inzicht; kan zich niet verplaatsen. ‘Parentificatie’ ligt dan op de loer! Als hulpverlener wil ik meer samenwerking met CJG. “*

## Opzet

De pilot wordt uitgevoerd via een zogenaamd 'blended' leerprogramma. Met 'live' bijeenkomsten en 'online' ondersteuning. Casuïstiek wordt uit de praktijk opgehaald, geoefend en gedeeld met het werkveld. (Bijvoorbeeld via Social Media).

De trainers zullen praktijksituaties ondersteunen. Hierover zullen met enkele deelnemers van te voren afspraken worden gemaakt. De pilot heeft een doorlooptijd van 7 maanden. Het trainingstraject vindt plaats binnen een periode van 4 maanden.

De trainingsbijeenkomsten (6x) omvatten dagdelen van maximaal 4 uur per dagdeel. Voorafgaand aan elke bijeenkomst is 2 uur studie- en voorbereidingstijd gewenst. Het huiswerk wordt aangestuurd via online vragenlijsten en formats.

Er zijn 3 intervisiebijeenkomsten verspreid over de periode van de duur van de pilot.

De trainingsbijeenkomsten zullen, vanaf de startperiode september 2018, om de 14 dagen plaatsvinden.

### Concreet

Trainingsbijeenkomsten: 6x (1 x in 14 dagen)

Intervisiebijeenkomsten: 3x

Huiswerk en voorbereiding: 2 uur per bijeenkomst

Doorlooptijd trainingstraject: 4 maanden

Wil je meedoen en/of heb je vragen?

Neem dan contact op met Aysien Zondervan of Elvira Heemskerk.

Op: [a.zondervan@pepdenhaag.nl](mailto:a.zondervan@pepdenhaag.nl) of [e.heemskerk@missies.nl](mailto:e.heemskerk@missies.nl).

## De bijeenkomsten

### Bijeenkomst 1

Kennismaking, inventarisatie mantelzorgdoelgroepen, de praktijk, inleiding familiezorg, het relationeel en systeemgericht werken.

### Bijeenkomst 2

Verdieping het 'Genogram' (familieposities), gezinsthema's, vraagverheldering.

### Bijeenkomst 3

Familiegesprek 1: Verdieping, oefenen met casuïstiek en coaching vaardigheden.

### Bijeenkomst 4

Familiegesprek 2: Verdieping, oefenen met casuïstiek, coaching vaardigheden en de zorgtriade.

### Bijeenkomst 5

Familiegesprek 3: Verdieping, oefenen met casuïstiek, coaching vaardigheden, zorgtriade en integreren signalen zorgstress en zorgvreugde.

### Bijeenkomst 6

Ophalen familie verhalen, koppeling met digitale ondersteuningsmogelijkheden. Evaluatie, afsluiting trainingstraject en het maken van vervolgspraken m.b.t. intervisie en ophalen casuïstiek.

## Voor wie

De pilot met het trainingstraject is speciaal geschikt voor zorg- en welzijnsprofessionals die in hun werk te maken hebben en/of krijgen met mantelzorgers én zorgvragers binnen intensieve zorgsituaties.

Situaties waarbij sprake is van zorgverlening van meer dan 8 uur per week en langer dan 3 maanden. In de zorg voor mensen met een chronische lichamelijke en/of psychische hulpbehoefte.



Wil je meedoen en/of heb je vragen?

Neem contact op met Aysien Zondervan of Elvira Heemskerk.

Op: [a.zondervan@pepdenhaag.nl](mailto:a.zondervan@pepdenhaag.nl) of [e.heemskerk@missies.nl](mailto:e.heemskerk@missies.nl).

## De trainers

### Carla Blenke



Carla is een bevoegen docent voor mensen werkzaam in de zorg en is gespecialiseerd in gespreksvaardigheden.

Zij heeft hiertoe vele verschillende opleidingen en trainingen gevolgd.

Daarnaast werkt Carla als zelfstandig coach voor vrouwen die werkzaam zijn in de zorg. Met haar levens- en werkervaring herkent zij de problematiek van deze vrouwen en is haar manier van coachen effectief.

De methode Familiezorg ziet zij persoonlijk als een verrijking voor iedereen die werkzaam is in de zorg. De methode geeft goede handvatten om het gesprek aan te gaan met de zorgvrager en de familie die betrokken is bij die zorg.

### Elvira Heemskerk



Elvira is als trainer gestart in de ICT wereld en is na een studie coaching en counseling doorgegaan in de mantelzorgsector. Inmiddels al weer zo'n 15 jaar.

Met de kennis en ervaring vanuit beide werelden heeft zij zich gespecialiseerd in het opzetten van duurzaam themagericht lotgenotencontact. (De zogenaamde 'peer' groepen).

De afgelopen jaren heeft de methode familiezorg hierbij een belangrijke plaats gekregen.

Ook begeleidt zij vrouwen met het succesvol in de praktijk brengen van hun idealen en hun missies.

Het is haar missie om zoveel mogelijk (kwetsbare) mensen in staat te stellen om met meer aandacht en compassie beter voor elkaar te zorgen.



## De projectleider namens PEP

### Aysien Zondervan



Adviseur emancipatie en diversiteit PEP  
a.zondervan@pepdenhaag.nl  
070 - 302 4476

Aysien is werkzaam binnen de programma's Informele zorg, Emancipatie & Diversiteit en Vrijwillige Inzet.

Binnen het programma Informele zorg geeft ze verschillende trainingen waaronder "Herken jonge mantelzorgers" en "Samenspel", coördineert ze het PEP Mantelzorgpanel en is ze betrokken bij verschillende projecten op het gebied van respijtzorg, diversiteit en E-health.

Zij is zelf jonge mantelzorger geweest en weet uit ervaring hoe groot de impact op de levens van betrokkenen in een zorgsituatie kan zijn.

Familiezorg spreekt haar erg aan omdat er in de methodiek oog is voor alle betrokkenen. En dat hun kracht en vermogen om zelf naar oplossingen te zoeken wordt benut om het geven en ontvangen van zorg weer in balans te brengen. Ze hoopt dat meer professionals in zorg en welzijn deze methode gaan toepassen.

## Kosten/bijdrage trainingstraject

Deelname aan de pilot en het trainingstraject is kosteloos. De pilot is tot stand gekomen door subsidie van de sector mantelzorg van de gemeente Den Haag.

Als bijdrage leveren de deelnemers hun tijd, energie, inzet en de benodigde casuïstiekbeschrijvingen.

## Data

Het startmoment is in de tweede helft september 2018. De definitieve data van de bijeenkomsten worden z.s.m. bekend gemaakt.

Wil je meedoen en/of heb je vragen?

Neem contact op met Aysien Zondervan of Elvira Heemskerk.

Op: [a.zondervan@pepdenhaag.nl](mailto:a.zondervan@pepdenhaag.nl) of [e.heemskerk@missies.nl](mailto:e.heemskerk@missies.nl).

## Contact

PEP Den Haag(\*3)

Mw. **Aysien Zondervan**  
Adviseur emancipatie en diversiteit

E. [a.zondervan@pepdenhaag.nl](mailto:a.zondervan@pepdenhaag.nl)  
T. 070 - 302 4476

Riviermarkt 2, 2513 AM Den Haag

Succesvolle Praktijken

Mw. **Elvira Heemskerk**  
Trainer/counselor missies.nl

E. [e.heemskerk@missies.nl](mailto:e.heemskerk@missies.nl)  
T. 06 – 42 999 690

Juliana van Stolberglaan 373, 2595 CK Den Haag

## Samenvatting

De pilot met het trainingstraject Familiezorg 2018 is opgezet vanuit het gedachtegoed om met meer aandacht voor elkaar, meer mensgerichte zorg te leveren. En hierbij de wens om dit in gezamenlijkheid (familie, professionals en vrijwilligers) te doen.

De pilot is een aanzet om te komen tot een bredere en integrale aanpak van de uitdagingen in de zorg waar we vandaag de dag tegenaan lopen.

Uitdagingen zoals de verdergaande bezuinigingen, de tekorten op het gebied van professionele ondersteuning, de nog steeds bestaande verkokering binnen de zorg en de toename van de druk op mantelzorgers.

Het gedachtegoed van Familiezorg is breed in de samenleving inzetbaar. Zowel privé als beroepshalve.

Het inzetten op het verbeteren van relaties tussen familieleden en het bevorderen van open communicatie (\*2) neemt veel stress weg. Dit levert een positieve bijdrage aan de gezondheid en het welzijn van mensen in het algemeen en van mantelzorgers en zorgvragers in het bijzonder.

Methode familiezorg wordt al een aantal jaren als aanvullende expertise ingezet bij bestaande beroepsgroepen binnen zorg- en welzijn. Overheden, kleine en grote organisaties zien familiezorg als een gezond en duurzaam antwoord op vraagstukken rondom meer mensgerichte en kwalitatief hogere zorg. Steeds vaker wordt de methode familiezorg en het gedachtegoed van het relationeel- en systeemgericht werken door zelfstandige coaches en therapeuten in hun praktijken omarmt.

Elvira Heemskerk, 20 juni 2018

(\*1) De methode familiezorg is ontstaan uit de behoefte van familieleden die voor hun naasten zorgen. De behoefte aan relationele ondersteuning is een van de resultaten uit het vijfjarig promotieonderzoek naar familiezorg en zorgverantwoordelijkheid aan de Universiteit van Tilburg. Deze behoefte is vertaald naar een 'evidence based' scholingsinstrument voor beroepskrachten in de zorg: methode familiezorg van het expertisecentrum Familiezorg (Exfam) Tilburg.

(\*2) Bewezen is dat open communicatie leidt tot minder stress. Minder stress kan overbelasting voorkomen of verminderen. Deze preventieve aanpak leidt op den duur tot minder en/of minder zware aanspraak op intensieve en dure diensten en professionele zorg. Het feit dat de belangrijkste grondslag van de methode familiezorg bewezen is, is een argument voor beleidsbepalers en managers om voor deze methode te kiezen boven ander methoden. Zie proefschrift Beneker genaamd Kolmer (2007), verwijzing naar Vuijk, 1986.

(\*3) PEP Den Haag ondersteunt Haagse organisaties door middel van organisatieondersteuning, training, netwerkversterking en kwaliteitswaarborging. PEP heeft expertise op het gebied van vrijwilligerswerk, emancipatie, mantelzorg en diversiteit.