



Zelfmanagement ondersteunen: doen en laten voor de professional

Kick-off meeting Platform Zelfmanagement
28-09-2018, Utrecht

Dr. AnneLoes van Staa
Lector Transitie in Zorg
Kenniscentrum Zorginnovatie
Hogeschool Rotterdam

Disclosure Belangen Spreker

**Geen (potentiële)
belangenverstengeling**

**Voor bijeenkomst mogelijk relevante
relaties:**

- Sponsoring of onderzoeksgeld

- Honorarium of andere (financiële)
vergoedingen

- Aandeelhouder

- Andere relatie, namelijk:

Bedrijfsnamen:

- ZonMw, SiA (NWO), FNO, Epilepsiefonds,
Diabetesfonds

- Medtronic (Lid Advisory Board
professional education programme)

- n.v.t.

- n.v.t.



wie staat hier?



1980-1984



1985-1989



2006

ⓑ borstkankervereniging nederland

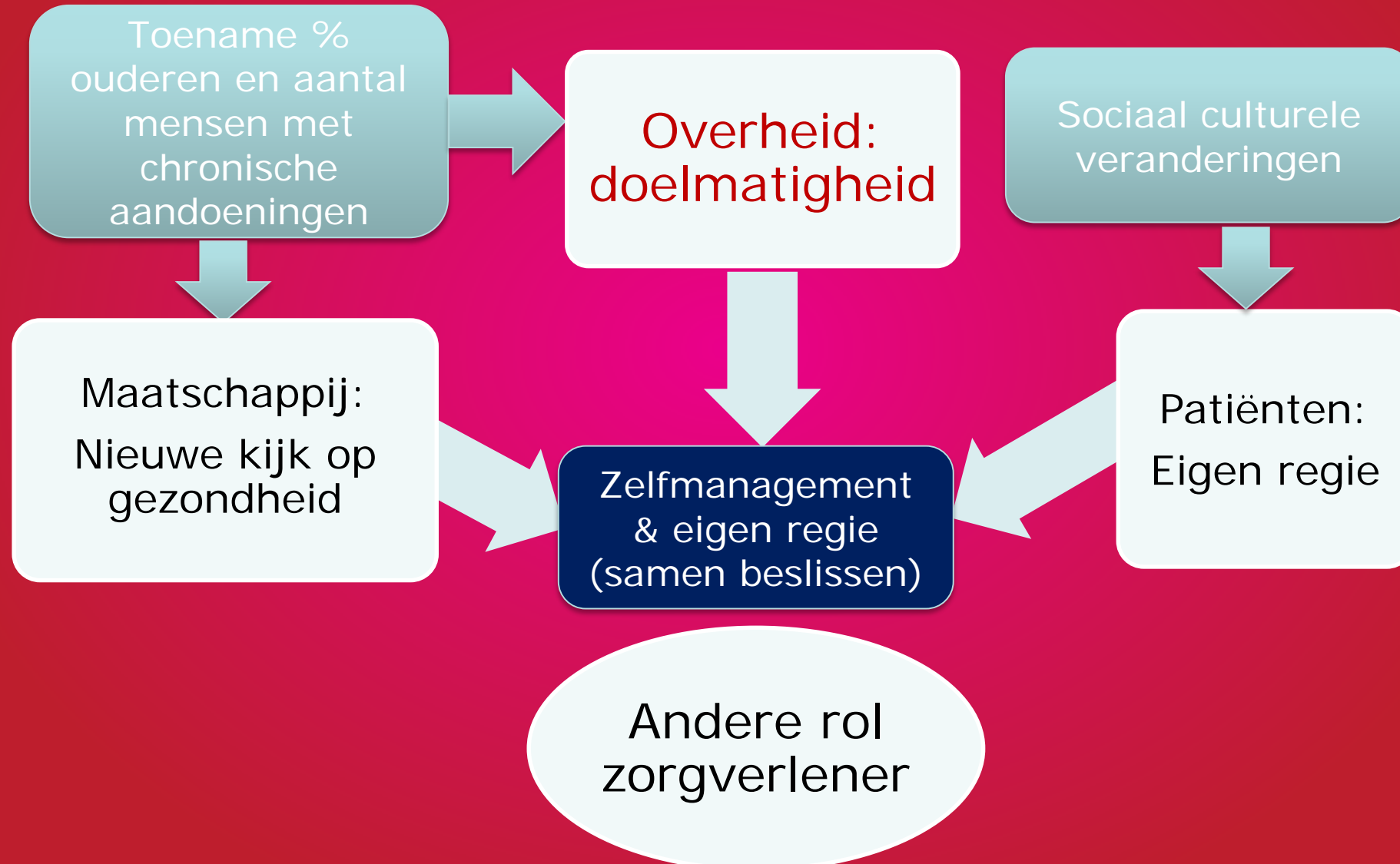


2002-...

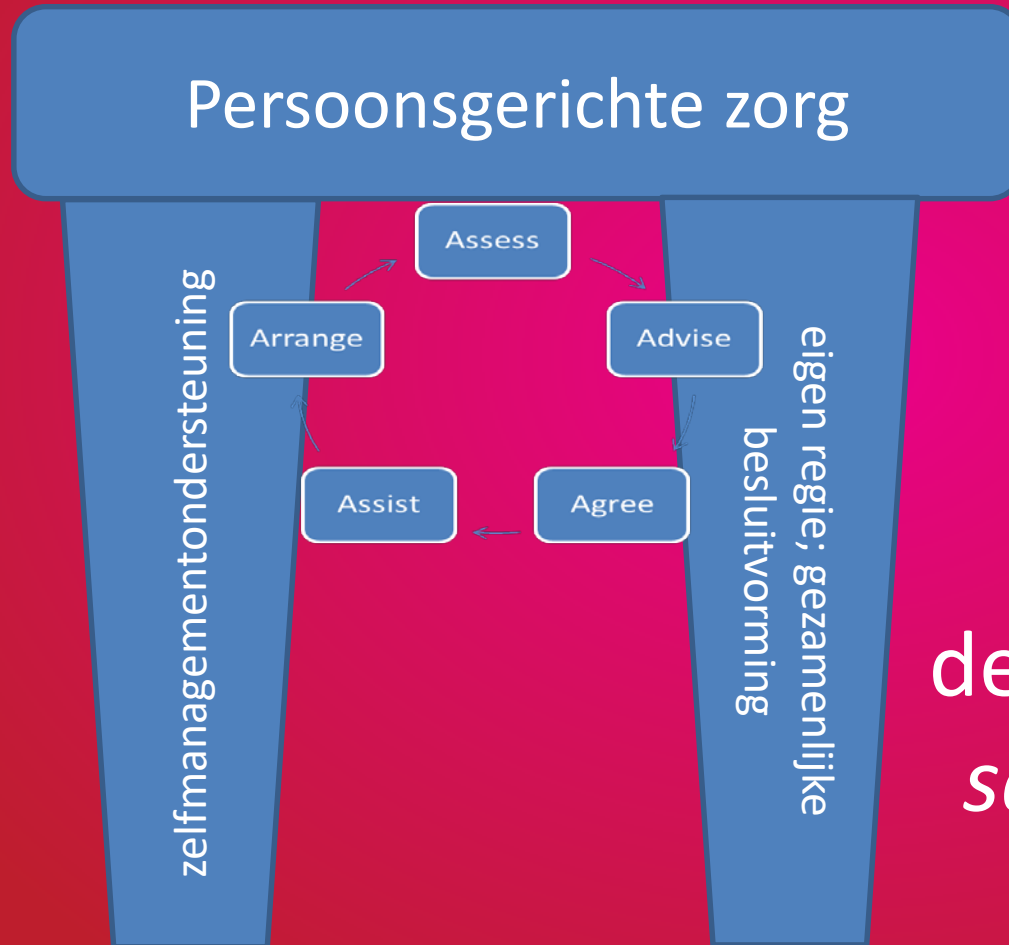


2012

Veranderingen in de context van de zorg



zelfmanagement is een van de pijlers van *persoonsgerichte zorg*



de andere pijler is
samen beslissen

Verschillen tussen traditionele zorg en gedeelde zorg (uitgaande van zelfmanagement)

Thema	Traditionele zorg	Gedeelde zorg / zelfmanagement
Relatie patiënt-zorgverlener	Zorgverlener is expert die patiënt vertelt wat te doen. Patiënt is passief	Zorgverlener is expert over de ziekte en patiënt is expert over zijn leven. Wederzijds kennis delen staat voorop
Wie is zorggever en wie is verantwoordelijk voor de oplossing?	Zorgverlener	Patiënt en zorgverlener zijn samen de voornaamste zorggever (al dan niet samen met familie); delen de verantwoordelijkheid
Wat is het doel en wie bepaalt dat?	Therapietrouw Zorgverlener stelt doelen	Patiënt bepaalt het doel. Zorgverlener helpt patiënt om geïnformeerde keuzes te maken
Hoe verandert het gedrag?	Externe motivatie	Interne motivatie. Patiënt krijgt vertrouwen en inzicht om tot nieuwe situatie te komen
Probleemidentificatie	Zorgverlener stelt diagnose /constateert ongezondheid of ongezond gedrag	Patiënt geeft klachten aan; bepaalt samen met zorgverlener wat het probleem is
Probleemoplossing	Zorgverlener draagt oplossing aan (bv. leefstijlverandering)	Zorgverlener leert patiënt door middel van probleemoplossende vaardigheden om het probleem aan te pakken

(Engels en Dijcks 2011)

Zelfmanagement: verwante begrippen



- Zelfredzaamheid
- Zelfzorg
- Leefstijlverandering
- Persoonsgerichte zorg
- Preventie
- Positieve gezondheid
- Eigen regie/ zelfregie
- Samen beslissen

zie ook: *Zelfzorg Ondersteund!* (2016). Op weg naar eenheid van taal.



“

Eigen regie

“is het organiseren en coördineren van het eigen leven met als doel een goed leven, in eigen ogen”

“het richting geven aan het leven, ook wanneer men een beroep op anderen moet doen voor steun bij zelfredzaamheid of participatie”

”



Definitie van eigen regie

(Verkooijen 2006 // Movisie 2013)



“

Zelfredzaamheid

is het vermogen van mensen om zichzelf te redden op alle
levensterreinen met zo min mogelijk professionele
ondersteuning en zorg.

”



Definitie van zelfredzaamheid

(Vilans)

“

“Het zodanig omgaan met de chronische aandoening (symptomen, behandeling, lichamelijke en psychosociale consequenties en bijbehorende aanpassingen in leefstijl) dat de aandoening optimaal wordt ingepast in het leven.

Zelfmanagement betekent dat chronisch zieken zelf kunnen kiezen in hoeverre men de regie over het leven in eigen hand wil houden en mede richting wil geven aan hoe beschikbare zorg wordt ingezet, om een optimale kwaliteit van leven te bereiken of te behouden.”

”



Definitie van zelfmanagement

(LAZ-2010; afgeleid van (Barlow 2001, p. 547, Barlow et al. 2002, p. 178)

relatie tussen begrippen



welke vaardigheden heeft de patiënt nodig voor zelfmanagement?



1. Probleemoplossend vermogen
2. Besluitvaardigheid
3. Inzet van hulpbronnen (informatie, mensen uit eigen netwerk, zorgverleners)
4. Relatie met de zorgverlener opbouwen en onderhouden
5. Actieplanning
6. 'Self-tailoring' (monitoren, gedrag flexibel aanpassen en tijdig maatregelen nemen)

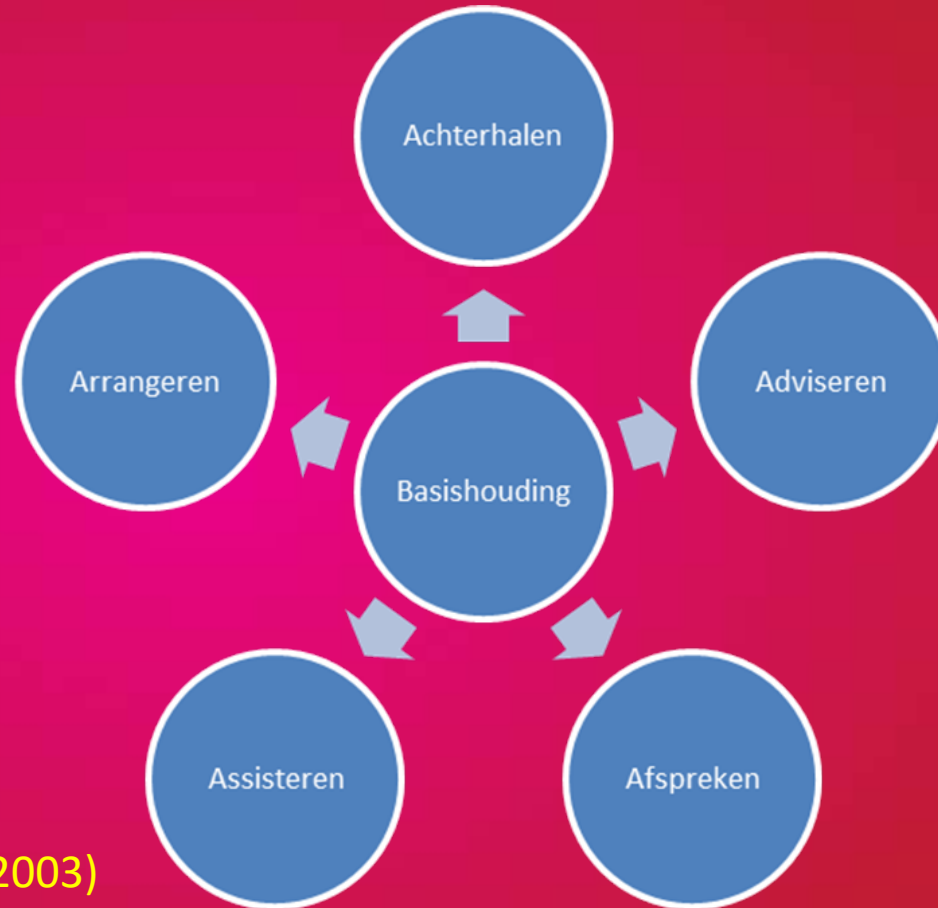
(Lorig en Holman 2003)

welke vaardigheden heeft de zorgverlener nodig voor ondersteunen van zelfmanagement



1. Open houding: luisteren naar en *horen* wat patiënt bezig houdt *in zijn leven*
2. Probleemoplossende gesprekstechnieken
3. Niet denken voor, maar meedenken met patiënt
4. Inzet van hulpbronnen (informatie, mensen uit netwerk patiënt, andere zorgverleners)
5. Relatie met de patiënt opbouwen en onderhouden
6. Actieplanning en opvolging
7. Flexibiliteit: 'tailoring'

competenties voor zelfmanagement- ondersteuning: het 5-A model



(gebaseerd op Glasgow et al. 2003)

vragenlijst onderzoek Erasmus MC m.b.v. SEPSS-36



SEPSS - Vragenlijst

Self-Efficacy and Performance in Self-management Support

Wat kunt u en wat doet u in de praktijk?

1. De volgende vragen gaan over het bespreken van ervaringen van de patiënt met zijn aandoening.
Geef van onderstaande activiteiten steeds aan in hoeverre denkt dat u dit kunt en daarna hoe vaak u dit doet.



- 2.054 uitgenodigd
- respons 598 (29%)
91 % vrouw
- gemiddelde leeftijd 38,8 jaar
- 83% klinische afdeling
- 46% > 15 jaar werkervaring
- 41% hbo-opgeleid
- 6% Master-opgeleid: verpleegkundig specialisten

van Hooft S.M., Dwarswaard J., Bal R., Strating M.M., van Staa A.L. What factors influence nurses' behavior in self-management support? An explorative questionnaire study. *International Journal of Nursing Studies* 63: 65-72

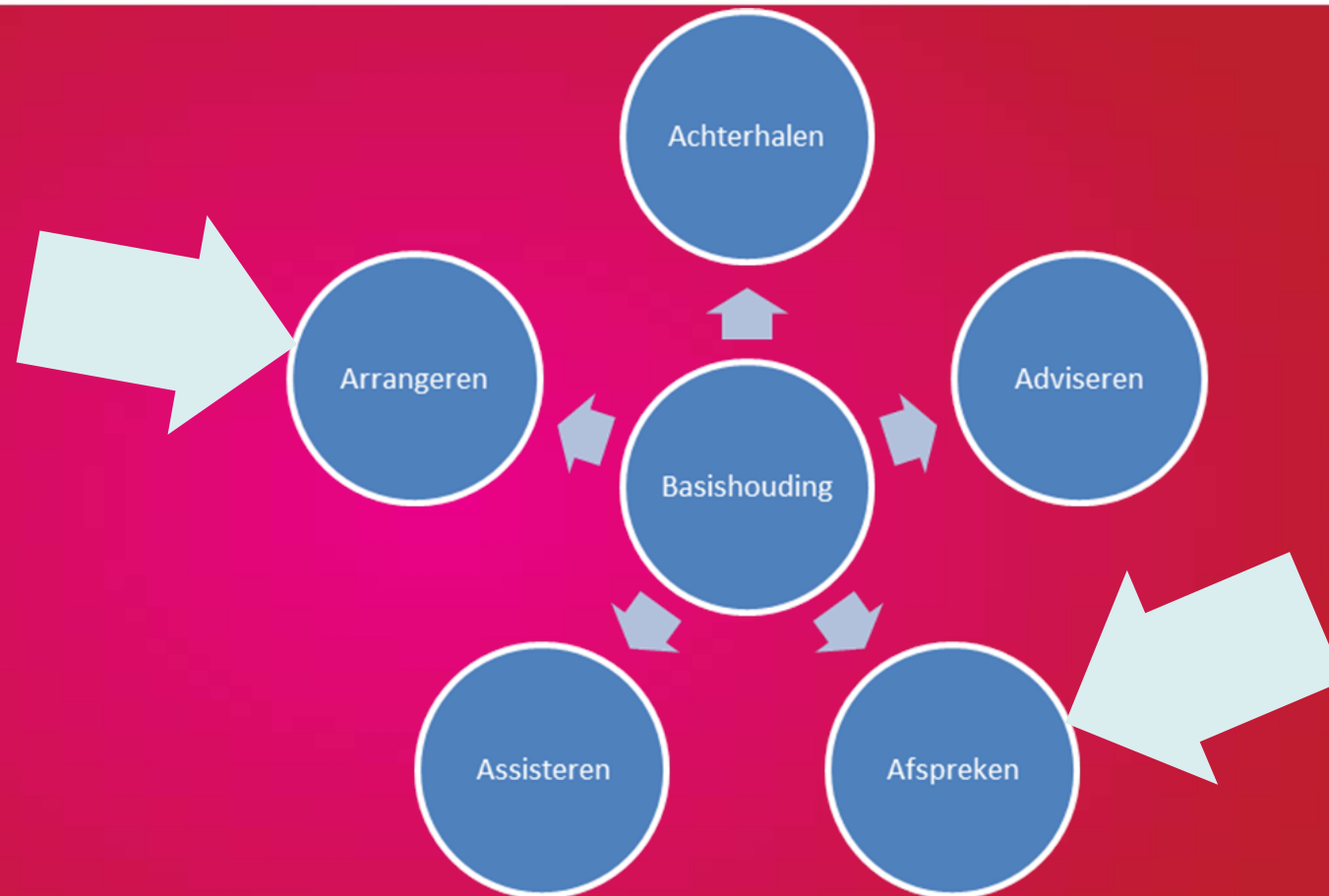
zelfmanagement ondersteunen: kunnen is nog geen doen...



- significant verschil in zelfeffectiviteit en gedrag:
- verpleegkundigen vinden dat zij het zelfmanagement van patiënten beter **KUNNEN** ondersteunen dan dat zij het in de praktijk **DOEN**
- hierbij geen verschil in opleidingsniveau, wel tussen poli / afdeling

van Hooft S.M., Dwarswaard J., Bal R., Strating M.M., van Staa A.L. What factors influence nurses' behavior in self-management support? An explorative questionnaire study. *International Journal of Nursing Studies* 63: 65-72

waar zitten de grootste 'gaps' =
discrepantie tussen kunnen en doen?



van Hooft, S.M. (25-10-2017): *Between Expectations and Reality. Self-management support in nursing practice and nurse education*. ISBN 9789463610056. <https://repub.eur.nl/pub/102421>

Belangrijkste knelpunten bij verpleegkundige zmo



observaties van het handelen van verpleegkundig specialisten op de poli



Wat doen zij veel?

- stimuleren patiënten om de behandeling prioriteit te geven in het dagelijks leven
- monitoren de symptomen
- geven uitleg, instructies en advies

Wat doen zij minder / niet?

- schenken weinig aandacht aan gevolgen van ziekte en behandeling voor het leven
- achterhalen van voorkeuren en ideeën van patiënt
- nodigen patiënt niet uit agenda consult mede te bepalen en samen besluiten te nemen

ter Maten-Speksnijder A., Dwarswaard J., Meurs P.M., van Staa A.L. Rhetoric or reality? What nurse practitioners do in providing self-management support in outpatient clinics: an ethnographic study. *Journal of Clinical Nursing* 25(21-22): 3219-3228.

Oplossingsgerichte gespreksvoering in plaats van probleemgericht

Gesprekken over problemen	Gesprekken over oplossingen
<p>Focus op:</p> <ul style="list-style-type: none">- Problemen (aanvang, duur, ernst)- Wat patiënt niet wil- Oorzaken- Negatieve emoties- Nadelen- Risico's- Zwakheden en beperkingen,- Ongewenste of gevreesde toekomst	<p>Focus op:</p> <ul style="list-style-type: none">- Successen- Wat de patiënt wel wil- Uitzonderingen- Positieve emoties- Voordelen- Kansen- Sterke kanten en hulpbronnen- Gewenste toekomst

Zelfmanagement Web

Wilt u aangeven hoe het met u gaat op het gebied van:

Uw antwoord kunt u aangeven door aan te kruisen:

- 1 = goed
- 2 = niet goed, maar ook niet slecht
- 3 = niet goed



Kenniscentrum
Zorginnovatie







Doelen stellen: werken aan motivatie

Huidige situatie ten opzichte van het probleem



Gewenste eindresultaat – waar wil de patiënt naar toe?



S <i>Specifiek</i>	M <i>Meetbaar</i>	A <i>Acceptabel</i>	R <i>Realistisch</i>	T <i>Tijdsgebonden</i>
				

Wat houdt werken met Zelfmanagement Web in?

NIET

- Scorelijst of meetlat
- Enige weg om zelfmanagement te bevorderen
- Een letterlijk op te volgen recept
- Oplossen van alle problemen voor de patiënt
- Zorgverlener wordt geen maatschappelijk werker of psycholoog
- *gevalideerd meetinstrument*

WEL

- Maakt onderwerpen bespreekbaar op prettige en gestructureerde wijze
- Maatwerk: toegesneden op wat de patiënt *kan* en *wil* aanpakken
- Zorgverlener voert coachende gesprekken en geeft ruimte voor eigen regie van patiënt
- Zorgverlener verkent mogelijke verbeteringen en ondersteunt de patiënt in stellen van doelen en plannen van acties
- *= uitnodiging tot gesprek*

niet meer / minder doen:		meer / altijd doen:
iets aannemen, iets invullen voor de ander	1	altijd navragen, rake vragen stellen
praten als Brugman	2	luisteren, luisteren, luisteren
oordelen, meningen, ongevraagde adviezen geven	3	vragen naar behoefte aan informatie, wat iemand al weet; toestemming vragen
algemene educatie of voorlichting geven	4	'op maat toegesneden' informatie geven – gericht op persoonlijke situatie
emoties negeren; afstandelijk blijven	5	aandacht geven aan emoties: bevestigen, doorvragen; betrokken zijn
iets overnemen dat patiënt ook zelf kan (zoals zelf beslissen, medicijnen beheren)	6	ruimte voor eigen regie geven; zelfredzaamheid stimuleren
alleen aandacht geven aan medisch management, andere taken laten liggen	7	aandacht schenken aan de uitdagingen van de aandoening in het dagelijks leven
ervaringskennis negeren	8	ervaringskennis benutten
familie alleen als hulpje zien	9	familie betrekken en aandacht geven
ziektegericht of symptoomgericht werken	10	persoonsgericht werken



3 proefschriften - 20 wetenschappelijke publicaties - 29 presentaties op internationale congressen - 81 presentaties & workshops in werkveld - 25 vakpublicaties - Competentielijst Leerboek + digitale Leeromgeving - Zelfmanagement Web + training - Reuma app - Handreiking Ethische Dilemma's rond zelfmanagementondersteuning - studentenprojecten



ZonMw



**HOGESCHOOL
ROTTERDAM**

**Kenniscentrum
Zorginnovatie**

