

# Ervaringen van ergotherapeuten met de vernieuwde ZelfredzaamheidsRadar



Tekst: Nico Knibbe en Elly Waaijer

**Met de ZelfredzaamheidsRadar breng je samen met je cliënt de zelfredzaamheid in kaart en maak je plannen over hoe je die kunt verbeteren, met een handig trucje, een hulpmiddel of met slimme technologie. De radar is onlangs vernieuwd. Wat is er nieuw en hoe kan je de ZelfredzaamheidsRadar gebruiken als ergotherapeut?**

De ZelfredzaamheidsRadar heeft 15 domeinen: continentie, aan- en uitkleden, mobiliteit, dag- & nachtritme, leervermogen, eten & drinken, temperatuurwisselingen, hygiëne, veiligheid, communicatie, lichaamshouding, contact met anderen, normbesef, huishoudelijke activiteiten en ontspanning. Per domein kun je scoren met een cijfer tussen 1 en 5. De ZelfredzaamheidsRadar is gebaseerd op de Care Dependency Scale. Dit gevalideerde instrument wordt wereldwijd gebruikt om de zorgvraag van cliënten helder in beeld te krijgen. De online versie van de ZelfredzaamheidsRadar is gratis en je hoeft niet in te loggen of een account aan te maken. In het voorjaar van 2023 is de ZelfredzaamheidsRadar aangepast. In dit artikel schetsen we op basis van een rondvraag onder ergotherapeuten, spontane e-mails, artikelen en ontvangen feedback, een beeld van de meest recente ervaringen en plannen voor toekomstig gebruik.

## Wat is nieuw?

Een belangrijke vernieuwing van de online versie van de ZelfredzaamheidsRadar is dat als de cliënt laag scoort op een van de 15 domeinen én hij of zij hiermee ook daadwerkelijk aan de slag wil, je op dat domein kunt klikken. Er verschijnen dan praktische tips die de cliënt of de ergotherapeut kan gebruiken om aan dat betreffende domein te werken. Vaak word je doorverwezen naar een zogenaamde 'Ik Wil Beter' op de website van Scouters. Die 15 'Ik Wil Beters' corresponderen met de 15 domeinen van de ZelfredzaamheidsRadar. Ook de



daaronder hangende hulpmiddelen en Keuzehulpen zijn op de nieuwe website van Scouters gecategoriseerd aan de hand van de 15 domeinen.

Op de Scouters website en haar sociale media vind je oplossingen, hulpmiddelen en ervaringen. Er worden geen hulpmiddelen verkocht. Wel vind je per hulpmiddel een korte omschrijving, richtprijs, ervaringen van eindgebruikers en een link naar de producent of leverancier. De gedachte is dat de cliënt zich, al dan niet onder begeleiding van de ergotherapeut, kan oriënteren op mogelijkheden om de scores op de domeinen van de ZelfredzaamheidsRadar omhoog te brengen.

## Afspraken maken

Daarnaast is het nu ook mogelijk om de eventuele afspraken die je met een cliënt maakt over hoe hij of zij kan werken aan een bepaald domein, digitaal vast te leggen.



Denk bijvoorbeeld aan afspraken als: *‘Afgesproken is een wandbeugel te plaatsen, de rompbalans te oefenen en op bezoek te gaan bij een zorgboerderij.’* Het resultaat kan als pdf-bestand worden bewaard en, als er sprake is van zorg, worden opgeslagen in een digitaal dossier. Op de papieren versie van de ZelfredzaamheidsRadar kunnen afspraken nog steeds op de achterzijde worden vastgelegd.

### Het positieve gesprek

Een andere vernieuwing is dat er in het gesprek over het optimaliseren van zelfredzaamheid wordt uitgegaan van de principes die voortkomen uit de benadering Positieve Gezondheid. Op de site van de ZelfredzaamheidsRadar vind je films en een Free Learning waarin precies wordt uitgelegd hoe je dat kunt doen. Hoewel het klinkt als een open deur, betekent het dat je in de communicatie vooral uitgaat van de behoefte van de cliënt. Wat is betekenisvol voor de cliënt? Waar wordt de cliënt blij van? *‘Met de nieuwe ZelfredzaamheidsRadar gaat het gesprek niet meer over de ziekte, maar over wat iemand nodig heeft om een fijn leven te leiden’.* Op die manier wordt die eigen regie ook consequent doorgetrokken in het gesprek dat volgt na het invullen van de ZelfredzaamheidsRadar. Het hoeft niet te betekenen dat de cliënt in actie komt op alle domeinen. Het kan immers zijn dat de cliënt tevreden is met een bepaalde score, dat het enorm moeilijk is om de score te verhogen of dat de cliënt liever zijn of haar energie stopt in het verbeteren van een ander domein. *‘Niet alle domeinen zijn voor iedereen even belangrijk. En het kan ook zijn dat iemand op een bepaald domein niet zelfredzaam is, maar dat daar weinig aan te doen is en je dus gewoon hulp nodig hebt van iemand anders. Belangrijk is dat je zoveel mogelijk samen op zoek gaat naar oplossingen. En de doorklikmogelijkheden naar Scouters en andere websites met goede informatie, zijn dan wel heel handig.’*

### FAQ

Vragen die de ontwikkelaars van de ZelfredzaamheidsRadar uit de praktijk krijgen, worden op de site van de ZelfredzaamheidsRadar nu via de knop ‘Veel gestelde vragen’ beantwoord. Een vraag die vaak wordt gesteld is: *‘Soms twijfel ik of ik bijvoorbeeld een 2 of 3 moet scoren. Hoe precies komt dat?’.* Het antwoord hangt af van het doel waarmee je de radar gebruikt: *‘De ZelfredzaamheidsRadar is een meetinstrument, dus die score betekent ook echt wat. Je kunt het instrument namelijk ook voor wetenschappelijk onderzoek gebruiken. Anderzijds is de ZelfredzaamheidsRadar ook een bewustwordingsinstrument: hoe zelfredzaam ben ik, waar liggen nog mogelijkheden voor zelfredzaamheid en hoe krijg ik dat voor elkaar? En bij dat laatste is de precieze score (ergens tussen de 1 en de 5) wat minder belangrijk.’*

### Gebruik?

Een rondgang onder ergotherapeuten leert allereerst dat nog weinig collega’s de ZelfredzaamheidsRadar kennen. Een aantal geeft aan de ZelfredzaamheidsRadar wel te kennen, maar nog niet te gebruiken. Naar de oorzaken kunnen we slechts gissen. Misschien is het ‘onbekend maakt onbemind’, maar het kan ook zijn dat ergotherapeuten de tool vooral zien als iets voor zorgverleners. Toch horen we ook van een revalidatieafdeling van een verpleeghuis dat *‘de ZelfredzaamheidsRadar bij opname, halverwege en na de revalidatie met de cliënt wordt ingevuld. Als er scores veranderen, dan wordt dat geëvalueerd. Zo kunnen de therapeuten binnen het behandelteam al in een vroeg stadium en tijdens de revalidatieperiode meedenken.’*

Een ander gehoord argument is: *‘Veel van mijn cliënten in de eerste lijn hebben een hele concrete vraag en dan is de intake vaak wat beknopt’.* Ook kregen we terug dat de ZelfredzaamheidsRadar de weg naar de ergotherapeut niet mag vervangen: *‘Een hulpmiddel vraagt begeleiding en*

evaluatie voor het efficiënt inzetten'. Blijkbaar is het zoeken naar een optimaal evenwicht. Aan de ene kant zet je de cliënt in zijn kracht door de ZelfredzaamheidsRadar aan te bieden en ruimte te geven om zelf op zoek te gaan naar oplossingen. Anderzijds is de expertise van de ergotherapeut nodig om een hulpmiddel, of een oplossing in zijn algemeenheid, adequaat te selecteren, toe te passen en optimaal gebruik te monitoren. Ook kan de ergotherapeut de cliënt bijstaan in het formuleren van de indicatiestelling voor een eventuele aanvraag bij een betalende instantie. Bij de meer complexe hulpmiddelen wordt het belang van het inzetten van een eerstelijns ergotherapeut benadrukt, staat er op de Scouters-website vaak een link naar 'zoek een ergotherapeut' en wordt er gewezen op de 10 uur

ergotherapie in de basisverzekering. Ook is het nog niet echt ingeburgerd dat de cliënt volledig zelfstandig de radar invult en aan de slag gaat met de tips die verschijnen als je op een domein klikt. In de praktijk is het vaak toch de paramedicus of de zorgverlener die het initiatief neemt: *'Cliënten vinden het vaak leuk en leerzaam om samen met je in te vullen. Op langere termijn geeft het cliënten een voldaan gevoel omdat ze vaak meer kunnen dan ze zelf dachten'*.

## Fysieke belasting

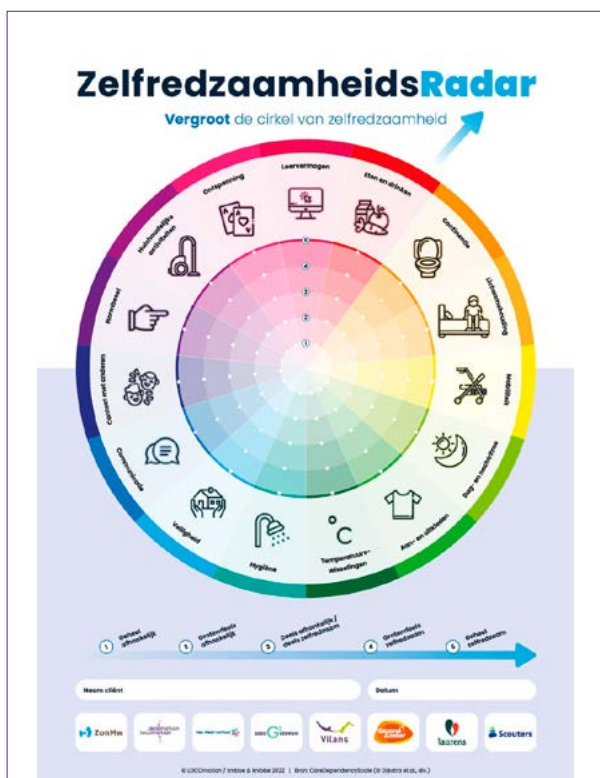
Intramuraal zijn steeds meer ergotherapeuten actief als ErgoCoach. Daar lijkt de ZelfredzaamheidsRadar steeds meer ingeburgerd. Men ziet het als een *'leidraad voor gesprek en aandachtspunten voor het behandelteam om eigen doelen te formuleren'*. De link met het verminderen van fysieke overbelasting van zorgverleners ligt voor de hand: hoe zelfredzamer cliënten zijn, hoe minder kans op fysieke overbelasting voor zorgverleners en therapeuten. Dat de ingevulde radar en de afspraken die zijn gemaakt met de cliënt als pdf-bestand opgeslagen en ingevoegd kunnen worden in het dossier van de cliënt, draagt daar waarschijnlijk aan bij.

## Opleiding

Ook zijn er voorbeelden van het gebruik van de ZelfredzaamheidsRadar in de opleiding. Het gaat dan niet alleen om de opleiding ergotherapie, ook bij zorgopleidingen (in Nederland en in Vlaanderen) wordt de tool gebruikt: *'Tijdens mijn les krijgen de leerlingen een casus en moeten zij de ZelfredzaamheidsRadar invullen om inzicht te krijgen in zelfredzaamheid'*. Na het invullen wordt geoefend met hoe je als ergotherapeut een 'lerende, sturende en ondersteunende coach' kunt zijn.

## Zorgorganisatie Laurens

Interessant is dat zorgorganisatie Laurens een project start met de ZelfredzaamheidsRadar. Else Schipper (ergotherapeut) en Lara Batenburg (bedrijfsfysiotherapeut) gaan de tool op drie afdelingen voor chronische en kortdurende zorg van een verpleeghuis implementeren. Hoewel Else met name kijkt naar de zelfredzaamheid en Lara vooral naar de fysieke belasting van zorgverleners en mantelzorgers, zien ze vooral synergie. Door het verbeteren van de zelfredzaamheid kan je immers ook de fysieke belasting van de zorgverleners verminderen. Prettig is dat de thuiszorg van Laurens al een soortgelijk project heeft uitgevoerd en dus al met de ZelfredzaamheidsRadar werkt. Die ervaring kan intramuraal worden meegenomen. En voor de cliënten die kort intramuraal



### Wat is de ZelfredzaamheidsRadar?

De ZelfredzaamheidsRadar is een gratis instrument om zelfredzaamheid in kaart te brengen en eventueel te bedenken hoe je die kunt verbeteren. Met elkaar, een handig trucje, een hulpmiddel of met slimme technologie. De ZelfredzaamheidsRadar heeft 15 domeinen (continentie, aankleden, mobiliteit, leer- vermogen, etc.) die je een cijfer (tussen 1 en 5) kunt geven. Je kunt de Zelfredzaamheidsradar vinden op [www.zelfredzaamheidsradar.nl](http://www.zelfredzaamheidsradar.nl).

verblijven is er daardoor ook een drempelloze overdracht naar thuis. Het is de bedoeling dat zowel de medewerkers van het verpleeghuis als de collega's van de thuiszorg de ingevulde ZelfredzaamheidsRadars kunnen opslaan en vinden in het gedeelde zorgdossier.

## Netwerk van naasten

Else en Lara zien de radar ook als een mogelijkheid om het netwerk van de cliënt in beeld te krijgen en, als dat kan, de participatie van naasten te bevorderen. De bedoeling is om de ZelfredzaamheidsRadar niet alleen in te vullen bij opname en ontslag (of overdracht), maar ook regelmatig in te zetten bij een tussentijdse evaluatie om zicht te houden op de eventuele veranderingen in de zorgzwaarte, zelfredzaamheid en eigen regie. Na het invullen volgt het positieve gesprek over of, en zo ja bij welk(e) domein(en), de cliënt wil werken aan zelfredzaamheid. Tijdens dat gesprek ligt de focus op wat de cliënt belangrijk vindt en wat binnen de mogelijkheden van zijn of haar kunnen ligt. Wat vindt de cliënt belangrijk in het leven, wat kunnen naasten hierin betekenen en hoe kunnen paramedici en zorgverleners daarbij ondersteunen? Else en Lara gebruiken in het positieve gesprek de doorklikmogelijkheden naar onder andere Scouters 'om cliënten vast te laten oriënteren wat er zoal bestaat om hun vraag op te lossen. Voor grotere hulpmiddelen is het handig om daarna samen een aanvraag te doen'. Daarbij kunnen kleine handigheidjes een groot verschil maken: 'Bijvoorbeeld een haarklem om de rok omhoog te houden als de cliënt naar het toilet moet. Of antislip-sokken, die bij de Action veel goedkoper zijn dan bij de zorgwinkel.'

### Over Scouters

Scouters is een vrijwilligersorganisatie die voornamelijk wordt gerund door mensen met een beperking en die toegankelijke informatie, onafhankelijk advies en innovatieve hulpmiddelen willen delen met mensen die beter willen bewegen, hun mantelzorgers, zorgverleners en hun therapeuten. Zie ook [www.scouters.nl](http://www.scouters.nl).



## Psychogeriatric (pg)

Interessant gaat worden of de ZelfredzaamheidsRadar ook een geschikte tool zal zijn voor pg-cliënten, want ook bij deze groep zal de radar worden ingezet. 'Als het lastig is voor de cliënt en de eerste contactpersoon om de radar in te vullen, dan kan de verpleging helpen'. Bij taalproblemen kunnen de heldere icoontjes en de goed zichtbare lijn die je maakt in de radar helpend zijn. Op die manier kan het voor bepaalde cliënten ook zonder woorden duidelijk zijn wat de bedoeling is. De gedachte is dat zowel voor somatische, revalidatie en pg-afdelingen de ZelfredzaamheidsRadar de basis vormt van het zorgplan.

## Rol van de ergotherapeut

Al met al lijkt de ZelfredzaamheidsRadar stap voor stap steeds meer een centrale rol te spelen bij het optimaliseren van zelfredzaamheid van cliënten. Of van mensen die nog geen cliënt zijn. De nieuwe opties die de tool online biedt lijken enthousiast te worden ontvangen. De ergotherapeut zal moeten balanceren tussen enerzijds de rol als coach, waarbij op basis van een ingevulde radar er samen gezocht wordt naar verbeteringen, maar de regie bij de cliënt en zijn netwerk blijft liggen. En anderzijds de rol als expert, waarbij de ergotherapeut relatief eigenstandig problemen voor de cliënt oplost.

### Over de auteurs

Nico Knibbe is bewegingswetenschapper en voorlichtingsdeskundige bij onderzoeks- en adviesbureau -LOCOmotion. Ook is hij vrijwilliger bij Scouters.

Elly Waaijer is ergotherapeut en verandermanager bij adviesbureau Waaijerconsult. Ook is zij vrijwilliger bij Scouters.

### Meer weten?

Tijdens het jaarcongres van Ergotherapie Nederland op 22 maart 2024 geven de auteurs een workshop over de Zelfredzaamheidsradar. Kijk voor meer informatie en inschrijven op [www.ergotherapie.nl/jaarcongres-2023](http://www.ergotherapie.nl/jaarcongres-2023).