

STAPPENPLAN VOOR HET OPSTELLEN VAN EEN PLEZIERIGE- ACTIVITEITEN-PLAN

STAP 1: Wanneer je vermoedt dat een bewoner depressief is, observeer dan een week lang de depressieve klachten of verschijnselen van de bewoner. Vraag bij collega's na (bijvoorbeeld bij de overdracht of een bewonersoverleg) en ook bij de familie of zij ook depressieve klachten of verschijnselen bij de bewoner zien en – zo ja – welke.

Vul daarna op formulier 1 het “Plezierige-Activiteiten-Plan” punt 2 in (*waaruit blijkt dat de bewoner soms depressief is?*).

STAP 2: Bedenk wat je wilt bereiken met de bewoner. Een begeleidingsdoel kan bijvoorbeeld zijn “de bewoner heeft geen angstige gezichtsuitdrukking meer” of “de bewoner huilt niet meer elke dag”.

Schrijf ook je begeleidingsdoel(en) in het “Plezierige-Activiteiten-Plan” (punt 3).

STAP 3: Ga nu opzoek naar informatie over het heden, verleden en mogelijke plezierige activiteiten voor de bewoner: dit doe je door formulier 2 “Levensloop, voorkeuren en plezierige activiteiten in heden en verleden” in te vullen.

Vul daarna onderdeel 1 van het “Plezierige-Activiteiten-Plan” in (*Informatie over de bewoner*).

STAP 4: Je hebt nu doelen bedacht (stap 2) en informatie verzameld over de bewoner (stap 3).

Bedenk vervolgens (a) plezierige activiteiten voor de bewoner, (b) manieren waarop je piekeren van de bewoner kunt voorkomen en (c) wat je kunt doen als een bewoner toch piekert.

Vul vervolgens de overgebleven onderdelen op het “Plezierige-Activiteiten-Plan” verder in (punt 4 en 5).

STAP 5: Bespreek het “Plezierige-Activiteiten-Plan” met betrokken collega's en familieleden en spreek af wie de plezierige activiteiten op welk moment uitvoert.

STAP 6: Breng voor, tijdens en na de plezierige activiteit het gedrag van de bewoner in kaart op het “Observatieformulier Reacties op Plezierige Activiteiten” (formulier 3).

STAP 7: Als een bewoner door non-verbale of verbale reacties aangeeft de activiteit niet prettig te vinden, overleg dan met collega's en familie hoe het “Plezierige-Activiteiten-Plan” bijgesteld kan worden.

STAP 8: Als een bewoner in bepaalde situaties meer piekert of somber is dan anders, dan begeleid je de bewoner op de manier zoals je eerder beschreven hebt in het “Plezierige-Activiteiten-Plan” bij punt 5.

STAP 9: Nadat je twee weken de bewoner begeleid hebt met het “Plezierige-Activiteiten-Plan”, bekijk je systematisch alle reacties van de bewoner zoals neergeschreven in het Observatieformulier Reacties op Plezierige Activiteiten (formulier 3). Kijk ook systematisch wat er in andere onderdelen van het bewonersdossier staat over de reacties van de bewoner op de verschillende onderdelen uit het “Plezierige-Activiteiten-Plan”. Beschrijf de resultaten van je evaluatie bij punt 6 van het “Plezierige-Activiteiten-Plan”.

Waar nodig pas je (opnieuw) het plan aan, in overleg met collega's en familie.

Alle formulieren worden bij elkaar bewaard in het bewonersdossier!

FORMULIER 1: PLEZIERIGE-ACTIVITEITEN-PLAN

Naam bewoner

Naam EVV'er

Datum waarop het plan opgesteld is:

Data waarop het pan bijgesteld is:

1. Informatie over de bewoner. *Het gaat hierbij om informatie die relevant is voor het kiezen van plezierige activiteiten of voor het voorkomen van depressieve klachten of verschijnselen. Gebruik hiervoor informatie uit formulier 1 "Levensloop, voorkeuren en plezierige activiteiten in heden en verleden".*

2. Depressieve klachten en eventuele piekersituaties: *uit welke klachten of gedragingen blijkt dat de bewoner (soms) depressief is? Zijn er soms ook specifieke situaties waarin een bewoner (extra) depressief is of piekert?*

3. Begeleidingsdoel(en): *wat wil je concreet bereiken met de begeleiding van de bewoner en met onderstaande plezierige activiteiten?*

4. Plezierige activiteiten: *welke plezierige activiteiten zijn gekozen en hoe, door wie en wanneer moeten die plaatsvinden?*

5. Activiteiten bij piekeren/tobben: *a. wat te doen om piekersituaties te voorkomen en b. wat te doen als de cliënt toch piekert/tobt?*

6. Evaluatie: *geef aan hoe en wanneer je zult bepalen hoe de gestelde begeleidingsdoelen bereikt zijn. Je kunt daarbij (mede) gebruik maken van de gegevens verzameld op het “Observatieformulier Reacties op Plezierige Activiteiten”.*

Formulier 2: Levensloop, voorkeuren en plezierige activiteiten in heden en verleden

Naam bewoner:
Naam EVV'er:
Datum: .. - .. -

Als er al eerder levensloopgegevens verzameld zijn bij de intake van een bewoner, of daarna (denk ook aan gegevens verzameld door Activiteitenbegeleiding/Welzijnswerkers), dan deze gegevens eerst op dit formulier verwerken!

GEGEVENS OVER HET OUDERLIJK HUIS

Weet u hoe de samenstelling van het ouderlijk gezin was? (indien bekend, ook roepnamen van ouders, broers en zussen vermelden)

Weet u welk beroep de vader had?

Heeft de bewoner nog contact met broers en zussen/zwagers en schoonzussen?

(Zo ja, met wie) _____

Hebben er in het verleden ingrijpende gebeurtenissen in het ouderlijk huis plaatsgevonden?

DESKUNDIGHEDEN EN WERKVERLEDEN

Welke opleidingen of studies heeft de bewoner gevolgd?

Waar en in welke beroepen is de bewoner werkzaam geweest?

Heeft de bewoner bijzondere vaardigheden of kwaliteiten (waar is de bewoner heel goed in)?

RELATIES EN WOONSITATIE

Is de bewoner gehuwd (geweest)?

- ja, de bewoner is gehuwd met (naam invullen)
- nee, de bewoner is niet gehuwd, maar heeft wel een langdurige partnerrelatie met (naam invullen)
- nee, de echtgenoot/echtgenote/partner is overleden
- nee, de bewoner is gescheiden
- nee, de bewoner is nooit gehuwd geweest of heeft (voor zover bekend) nooit een langdurige partnerrelatie gehad

Heeft de bewoner kinderen?

- ja , namelijkdochters enzonen
enschoondochters enschoonzonen (aantallen invullen)
- nee, de bewoner heeft nooit kinderen gehad
- nee, de kinderen zijn overleden

Indien de bewoner kinderen heeft of heeft gehad, wilt u dan de namen van de (schoon)dochters- en zonen hieronder noemen?

Met welke personen **binnen of buiten de familie** heeft de bewoner het meeste contact?

Komen deze personen op bezoek?

Komen zij op vaste dagen/tijden op bezoek?

Hebben er in het verleden ingrijpende gebeurtenissen binnen het eigen huwelijk of gezin plaatsgevonden?

DEPRESSIE IN HET VERLEDEN

Heeft de bewoner in het verleden (voorafgaande aan de opname in het verpleeghuis) last gehad van depressieve klachten of verschijnselen?

Hoe was de bewoner gewend te handelen bij het omgaan met depressie of somberheid en kreeg de bewoner hierbij professionele begeleiding? (zo ja, bij wie?)

GELOOF OF LEVENSOVERTUIGING

Heeft de bewoner een bepaalde levensovertuiging of, bij welk kerkgenootschap was de bewoner betrokken?

Welke rol speelt geloof/levensovertuiging op dit moment?

Heeft de bewoner behoefte aan contact met de pastoraal werker uit het verpleeghuis?

Heeft de bewoner behoefte aan een geestelijk verzorgende vanuit het eigen kerkgenootschap?

GEWOONTEN, VOORKEUREN EN AFKEUREN

Heeft de bewoner speciale gewoonten/voorkeuren? Denk hierbij aan eetgewoonten, drinken, roken, uiterlijke verzorging, make-up, toiletbezoek, ochtend- of avondmens, omgaan met mensen en dergelijke.

Heeft de bewoner voorkeur voor bepaalde geuren?

Heeft de bewoner nog spullen waar hij / zij aan gehecht is, zoals spreij, kussen, stoel,...?

Heeft de bewoner moeite met of een hekel aan iets of iemand?

PLEZIERIGE ACTIVITEITEN: VROEGER EN NU

Welke activiteiten of onderwerpen hebben of hadden de belangstelling van de bewoner? s.v.p. aankruisen en **graag toelichten** (bijv. welke muziek of welk kaartspel of welke sport en huishoudelijke bezigheden).

	vroeger	nu	toelichting
communicatie			
boeken lezen	0	0	_____
krant lezen	0	0	_____
tijdschrift lezen	0	0	_____
schrijven (brieven)	0	0	_____
tv-kijken	0	0	_____
radio luisteren	0	0	_____
telefoneren	0	0	_____
nieuws kijken/luisteren	0	0	_____
flora en fauna			
planten / bloemen	0	0	_____
bos	0	0	_____
strand	0	0	_____
landschappen zien	0	0	_____
naar de lucht kijken	0	0	_____
naar sterren/maan kijken	0	0	_____
naar natuurgeluiden luisteren	0	0	_____
tuinieren	0	0	_____
(huis)dieren	0	0	_____
muziek			
muziek luisteren	0	0	_____
muziek maken	0	0	_____
zingen	0	0	_____

	vroeger	nu	toelichting
sport/bewegen			
wandelen	0	0	_____
fietsen	0	0	_____
sport kijken	0	0	_____
sport beoefenen	0	0	_____
zwemmen	0	0	_____
dansen	0	0	_____
hobby's			
kleding maken	0	0	_____
handwerken	0	0	_____
handarbeid	0	0	_____
tekenen/schilderen	0	0	_____
fotograferen	0	0	_____
winkelen	0	0	_____
biljarten	0	0	_____
kaarten	0	0	_____
spellen	0	0	_____
puzzelen	0	0	_____
verzamelen	0	0	_____
lekker eten	0	0	_____
autorit maken	0	0	_____
huishoudelijke activiteiten			
koken	0	0	_____
afwassen	0	0	_____
wassen	0	0	_____
stoffen	0	0	_____
tafeldekken	0	0	_____
opruimen	0	0	_____
_____	0	0	_____

Alle formulieren worden bij elkaar bewaard in het bewonersdossier!

	vroeger	nu	toelichting
uitgaan			
cafébezoek	0	0	_____
verenigingsleven	0	0	_____
theater	0	0	_____
bioscoop	0	0	_____
reizen/vakanties	0	0	_____
museum/expositie	0	0	_____
restaurant	0	0	_____
uitstapjes maken	0	0	_____
_____	0	0	_____
algemeen			
politiek	0	0	_____
kerk en godsdienst	0	0	_____
nieuwe mensen ontmoeten	0	0	_____
vrienden maken	0	0	_____
naar mensen kijken	0	0	_____
tijd met familie doorbrengen	0	0	_____
luisteren naar verhalen van			
familie./vrienden	0	0	_____
eten met familie/vrienden	0	0	_____
bezoek van vrienden	0	0	_____
vrienden spreken	0	0	_____
post ontvangen/versturen	0	0	_____
herinneringen ophalen	0	0	_____
lachen	0	0	_____
een dutje doen	0	0	_____
vroeg opstaan	0	0	_____
_____	0	0	_____
_____	0	0	_____

Alle formulieren worden bij elkaar bewaard in het bewonersdossier!

	vroeger	nu	toelichting
uiterlijke verzorging			
douche/bad nemen	0	0	_____
make-up aanbrengen	0	0	_____
haar laten doen	0	0	_____
parfum/aftershave gebruiken	0	0	_____
bepaalde kleding dragen	0	0	_____

ruimte voor verdere toelichting

FORMULIER 3: OBSERVATIEFORMULIER REACTIES OP PLEZIERIGE ACTIVITEITEN

Naam bewoner:

Naam EVV'er:

NB: Als er meerdere plezierige activiteiten zijn gekozen, vult u per activiteit een apart observatieformulier in.

1. Wilt u hieronder de plezierige activiteit kort omschrijven? (evt. kunt u voor omschrijving ook verwijzen naar formulier 1 “Plezierige-Activiteiten-Plan”).

2. Wilt u in onderstaande aangeven tabel wat volgens uw observaties de stemming was van de bewoner rondom het uitvoeren van een plezierige activiteit?

Zo vult u de tabel in:

* Vul eerst de betreffende datum in.

* Als een bepaalde stemming volgens uw observaties (de meeste tijd) van toepassing is vult u **JA** in in het hokje bij de betreffende datum.

* Als een bepaalde stemming (de meeste tijd) **niet** van toepassing is vult u **NIETS** in (een leeg hokje dus).

* Als u het niet kunt beoordelen vult u **?** in.

* U vult de tabel in voor zowel de situatie **voor, tijdens als na** de activiteit.

STEMMING VOOR DE ACTIVITEIT	Datum ..-.-....	Datum ..-.-....	Datum ..-.-....	Datum ..-.-....	Datum ..-.-....
a. Huilerig/verdrietig					
b. Blij/tevreden					
c. Bang/ongerust					
d. Verward					
e. Angstige gezichtsuitdrukking					
f. Peinzende gezichtsuitdrukking					
g. Zorgelijke gezichtsuitdrukking					
h. Apathische gezichtsuitdrukking					
i. Vlak/lusteloos					
j. Boos					
k. Afwerend					
l. Vrolijke gezichtsuitdrukking					

Alle formulieren worden bij elkaar bewaard in het bewonersdossier!

m. Lachend					
STEMMING TIJDENS DE ACTIVITEIT	Datum	Datum	Datum	Datum	Datum
	..-.-.....	..-.-.....	..-.-.....	..-.-.....	..-.-.....
a. Huilerig/verdrietig					
b. Blij/tevreden					
c. Bang/ongerust					
d. Verward					
e. Angstige gezichtsuitdrukking					
f. Peinzende gezichtsuitdrukking					
g. Zorgelijke gezichtsuitdrukking					
h. Apathische gezichtsuitdrukking					
i. Vlak/lusteloos					
j. Boos					
k. Afwerend					
l. Vrolijke gezichtsuitdrukking					
m. Lachend					
STEMMING NA DE ACTIVITEIT	Datum	Datum	Datum	Datum	Datum
	..-.-.....	..-.-.....	..-.-.....	..-.-.....	..-.-.....
a. Huilerig/verdrietig					
b. Blij/tevreden					
c. Bang/ongerust					
d. Verward					
e. Angstige gezichtsuitdrukking					
f. Peinzende gezichtsuitdrukking					
g. Zorgelijke gezichtsuitdrukking					
h. Apathische gezichtsuitdrukking					
i. Vlak/lusteloos					
j. Boos					
k. Afwerend					
l. Vrolijke gezichtsuitdrukking					
m. Lachend					

3. Heeft u tijdens of na de uitvoering van de plezierige activiteit bepaalde **verbale of nonverbale reacties** gezien van de bewoner die er op kunnen wijzen dat de bewoner de activiteit prettig of onprettig vindt? (zo ja, geef aan welke reacties)
