

Bijlage: ‘Werkende elementen vanuit het perspectief van de naaste’

De ervaringen hiernaast zijn effectief gebleken op de kwaliteit van de band en samenwerking met naasten.



- Investeer in het zijn van een luisterend oor en steun zijn voor de naaste. Probeer niet te fixen, het op te lossen. Vaak maken één of twee koppen koffie waarin even alle tijd genomen wordt voor het verhaal van de naaste al een enorm verschil. Je krijgt veel informatie over de geschiedenis van de cliënt, wat er nodig kan zijn om rustig te worden, het netwerk, etc.
- Verdiep je eerst in het perspectief van de naaste en wees je bewust van jouw eigen agenda en doel met de naaste en hou die vooralsnog bij je. Bouw eerst aan een (vertrouwens)band. Hou in je achterhoofd: het inzetten van een naaste is iets wezenlijks anders dan samenwerken met een naaste.
- Verwijs door naar ondersteuning zoals een Familiespreekuur (zie <https://www.ggzingeest.nl/activiteiten/familiespreekuur-op-afspraak> en <https://www.deregenboog.org/nl/projecten/partner-en-familieondersteuning-pfo> als voorbeeld). Dit zijn regionale voorbeelden, onderzoek wat er is aan mantelzorg- en naastenondersteuning in de eigen regio van de naaste.
- Zorg voor continuïteit; een vaste persoon gedurende de hele behandeling die contact heeft met de naaste en die goed bereikbaar is.
- Probeer te zorgen dat de naaste ook zónder de cliënt/patiënt gehoord wordt, alleen met de hulpverlener dus. Noteer niet alles wat gezegd wordt in het dossier. Dit is soms niet veilig voor de naaste, letterlijk of figuurlijk. En ook de relatie tussen cliënt/patiënt en naaste kan hieronder nodeloos te lijden hebben.
- Zet iets concreets in zoals de Triadekaart om heldere taken en grenzen te formuleren in de samenwerking zodat de benodigde belasting duidelijk begrensd is. <https://www.ypsilon.org/zorg-voor-jezelf/handige-hulpmiddelen>
- Maak ook voor de naaste een signaleringsplan. Breng hiermee in kaart wat de belasting is voor de naaste, wat de signalen van overbelasting zijn, wat er nodig is op die momenten van (stijgende) overbelasting, van welk netwerk gebruik gemaakt kan worden en wat de acties zijn die dan nodig zijn. Zorg dat ook meegenomen wordt wie de zorg kan overnemen of als contactpersoon kan dienen wanneer de naaste te overbelast is.
- Resource-groepen is een methodiek die kan ondersteunen bij het formeren van een steunend netwerk om de cliënt/patiënt heen. Dit kan trouwens ook worden toegepast om rond de naaste een steunend netwerk te formeren. Hierdoor kan zowel de belastbaarheid groeien als het vertrouwen in de samenwerking groeien. <https://ract.nl/over-ract>