

STAPPENPLAN PREVENTIE VAN EENZAAMHEID IN DE EERSTE LIJN

Doelen

Het voorkomen, oplossen en/of verwerken van eenzaamheid bij ouderen:

1. Het vaststellen van de mate van eenzaamheid;
2. Het onderscheiden van de soort eenzaamheid;
3. Het zoeken naar oplossing of mogelijkheden tot verwerken of omgaan met eenzaamheid.

STAP 1: Screenen op aanwezigheid van eenzaamheid in de eerste lijn met behulp van De Jong-Gierveld schaal.

		Ja!	Ja	Min of meer	Nee	Nee!
1	Er is altijd wel iemand in mijn omgeving bij wie ik met mijn dagelijkse probleempjes terecht kan	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Ik mis een echt goede vriend of vriendin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Ik ervaar een leegte om me heen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Er zijn genoeg mensen op wie ik in geval van narigheid kan terugvallen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	Ik mis gezelligheid om mij heen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Ik vind mijn kring van kennissen te beperkt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	Ik heb veel mensen op wie ik volledig kan vertrouwen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Er zijn voldoende mensen met wie ik me nauw verbonden voel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	Ik mis mensen om me heen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	Vaak voel ik me in de steek gelaten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	Wanneer ik daar behoefte aan heb, kan ik altijd bij mijn vrienden terecht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tel de neutrale en positieve antwoorden op ("min of meer", "ja", of "ja!") van de vragen 2, 3, 5, 6, 9, 10.
Dit is de emotionele eenzaamheidsscore:

Tel de neutrale en negatieve antwoorden ("nee!", "nee", of "min of meer") van de vragen 1, 4, 7, 8, 11.
Dit is de sociale eenzaamheidsscore

Totale eenzaamheidsscore: (emotionele + sociale eenzaamheidsscore)

Bij **score van 3 of meer**; ga verder naar stap 2 en noteer ja bij eenzaamheid op samenvattingvel.



STAP 2: Vraag de oudere of hij/zij zich geregeld eenzaam voelt?

O ja O nee

STAP 3: Vraag de oudere of hij/zij iets aan het probleem zou willen (laten) doen?

O ja O nee



STAP 4: Verdere diagnostiek naar mate en oorzaken van eenzaamheid.

Verdere diagnostiek in de FIT-interventie bestaat uit het in kaart brengen van de sociale participatie in huisbezoek 4 of eerder indien nodig.

4.1 Vragen met betrekking tot de sociale participatie van de oudere.

Vraag	Antwoord	Opmerkingen/interpretatie
1) Bent u tevreden met uw sociale netwerk?	O nee O ja	
2) Ervaart u momenteel belemmeringen om activiteiten te ondernemen?	O nee O ja	
3) Kent u de mogelijkheden in de wijk wat betreft voorzieningen?	O nee O ja	
4) Ervaart u belemmeringen bij het reizen?	O nee O ja	
5) Ervaart u financiële belemmeringen bij het deelnemen aan activiteiten?	O nee O ja	

4.2 Open vragen over sociale participatie (geef korte samenvatting).

Vraag
Kunt u een omschrijving geven van uw sociale netwerk? (noteer de belangrijkste mensen uit netwerk)
Welke activiteiten onderneemt u momenteel? (noteer de top-5 van activiteiten)
1.
2.
3.
4.
5.
Zijn er activiteiten die u graag zou willen ondernemen, maar nu nog niet doet?
Waar was u vroeger goed in?
Waar bent u nu nog goed in? Zouden anderen daar nog iets van kunnen leren



STAP 5: Samenvatting van stap 1 t/m 4 (screeningsvragen en diagnostische vragen).

Doel

Vorbereiden overleg met de huisarts m.b.t. diagnostiek en behandeling eenzaamheid.

1. Aard van de eenzaamheid

- Sociale eenzaamheid
- Emotionele eenzaamheid

2. Sociale participatie

- Oudere is tevreden met sociale netwerk
- Oudere is ontevreden met sociale netwerk

3. Oudere ervaart belemmeringen in participatie (meerdere antwoorden mogelijk)

- Fysieke beperkingen, waardoor oudere minder goed de deur uit kan
- Financiële beperkingen
- Onvoldoende sociale vaardigheden
- Geen vervoer om bij activiteiten te komen
- Is niet bekend met de mogelijkheden voor activiteiten in de buurt.



STAP 6: Overleg met de huisarts.

Doel

Opstellen van werkdiagnose en definitief voorstel voor interventie om eenzaamheid of verminderde participatie verder te behandelen en ondersteunen.

Werkdiagnose

- Eenzaamheid
- Verminderde sociale participatie

Voor zorgbehandelplan (aangekruiste voorstel(len) overnemen op zorgbehandelplan)

Doorverwijzen naar andere professional uit de eerste lijn (kruis aan)

Hulpverlener	Wanneer geïndiceerd?	Heeft kennis van
<input type="checkbox"/> Hulpverlener WMO-loket	SE	Sociale kaart van de gemeente
<input type="checkbox"/> Ouderenadviseur	SE	Sociale kaart van de gemeente
<input type="checkbox"/> Maatschappelijk werker	SE/ EE	Sociale kaart van de gemeente
<input type="checkbox"/> Activiteitenbegeleider	SE	Sociale kaart van de gemeente
<input type="checkbox"/> Welzijnswerker	SE	Sociale kaart van de gemeente
<input type="checkbox"/> Ouderenorganisaties	SE	Sociale kaart van de gemeente
<input type="checkbox"/> Eerstelijns psycholoog	EE / ZG	Omgaan met eenzaamheid
<input type="checkbox"/> Maatschappelijk werk	EE / ZG	
<input type="checkbox"/> GGZ	EE / ZG	Omgaan met eenzaamheid
<input type="checkbox"/> Ergotherapeut	ZG	Omgaan met eenzaamheid en beperkingen
<input type="checkbox"/> Huisarts	ZG	Omgaan met beperkingen

Notitie: SE = sociale eenzaamheid; EE = emotionele eenzaamheid; ZG = eenzaamheid gerelateerd aan ziekte of beperkingen

