

Het 4-bollen model: Wat en hoe?



Het 4-bollen model; achtergrond en doel

Het 4-bollen model is ontwikkeld door Zuyd Hogeschool, in samenwerking met de Universiteit Maastricht, een aantal cliënten en experts op het gebied van zelfmanagement. Voor meer informatie, neem contact op met: Stephanie von Helden – Lenzen (stephanie.lenzen@zuyd.nl)

Het 4-bollen model is gebaseerd op de domeinen van de 'International Classification of Functioning, Disability and Health' (ICF), een raamwerk voor gezondheid en menselijk functioneren, ontwikkeld door de World Health Organisation (WHO). In het 4-bollen model zijn de domeinen van de ICF vereenvoudigd en visueel vormgegeven. Het 4-bollen model ondersteunt de cliënt en de professional bij het verkennen van het cliëntperspectief op de huidige en de gewenste situatie van de cliënt. De professional kan met behulp van het 4-bollen model de medische klachten, als ook de gevolgen van de aandoening voor het dagelijks leven en de kwaliteit van leven van de cliënt helder te krijgen. Het model ondersteunt de cliënt zijn verhaal te vertellen en kan bijdragen aan reflectie op de eigen situatie.

Gebruik van het 4-bollen model

- Het 4-bollen model kan worden gebruikt bij cliënten met één of meer chronische aandoeningen of bij mensen met complexe zorgvragen.
- Afhankelijk van de cliënt en diens situatie kan de tijd die aan elke bol besteed wordt verschillen.
- Ook de mate van ondersteuning van de professional kan variëren. Sommige cliënten kunnen het model zelfstandig invullen (met bijvoorbeeld een vraag per bol); bij

Het 4-bollen model

anderen is meer uitleg en ondersteuning nodig. De professional kan hier flexibel mee omgaan.

- Gebruik van het 4-bollen model kan ook over meerdere sessies gebruikt worden.
- Voor gebruik kunnen de bollen uitgeprint worden op A3 of A4. Op de 4 bollen kunnen aantekeningen worden gemaakt die (afhankelijk van wat de cliënt wil) de cliënt mee naar huis kan nemen.
- In het gesprek worden vooral open vragen gesteld, en waar nodig wordt doorgevraagd.

Hoe past het 4- bollen model in mijn huidige werkwijze?


In welke fase ga ik het 4-bollen model gebruiken?

- Doelen stellen: Bij een nieuwe cliënt kan het 4-bollen model worden gebruikt om de cliënt te leren kennen (wat is het verhaal van de cliënt?).
- Doelen uitvoeren: Bij cliënten bij wie de doelen duidelijk zijn kan het 4-bollen model worden gebruikt om in de loop van de tijd doelen eventueel bij te stellen en samen te analyseren welke factoren een rol spelen bij het uitvoeren van doelen (wat is de invloed van activiteiten, de omgeving of de eigen manier van de cliënt?).

Hoe past het in mijn huidige aanpak?

- Bij gesprekken met als doel om de situatie van de cliënt/de hulpvraag te verkennen kan het 4-bollen model als ondersteuning worden gebruikt. Het ondersteunt zowel de professional als de cliënt om aan alle aspecten te denken die mogelijk van invloed zijn.

Hieronder worden per bol de kernpunten aangegeven die onderwerp van gesprek kunnen zijn en voorbeeldvragen gepresenteerd.


Bol	Kernpunten
Mijn gezondheid 	<ul style="list-style-type: none"> – Medisch (lichamelijk/mentale) klachten die de cliënt op dit moment ervaart – Belangrijke thema's voor gezondheid – Wens voor verandering

Voorbeeldvragen

- Hoe gaat het op dit moment met uw gezondheid?
- Ervaart u last van uw gezondheid?
- Wat ziet u als belangrijk voor uw gezondheid?
- Wat zou u echt verbeterd/veranderd willen zien?

Tip:

Begin bij elke bol met een open vraag.


Bol	Kernpunten
Mijn activiteiten 	<ul style="list-style-type: none"> - Belemmeringen die de cliënt in zijn dagelijkse activiteiten ervaart (door de klachten) - Wens voor oplossingen voor activiteiten

Voorbeeldvragen

- Wat doet u graag op een dag?
- Wat deed u in het verleden graag?
- Ervaart u dat sommige activiteiten niet goed lukken of u moeite kosten?
- Voor welke activiteiten zou u een oplossing wensen?
- Wilt u bepaalde dingen weer gaan doen?

Tip:

Vraag door om het concreet te maken (Voorbeeld: U zegt dat boodschappen doen op dit moment moeilijk gaat. Wat bedoelt u met moeilijk? Wat lukt niet? Zou u hier iets meer over kunnen vertellen?)


Bol	Kernpunten
Mijn eigen manier 	<ul style="list-style-type: none"> - Aanpak van de cliënt om te komen tot gewenste veranderingen en/of oplossingen - Wens voor ondersteuning

Voorbeeldvragen

- Wat vindt u belangrijk in het leven en als het gaat om uw gezondheid?
- Hoe komt u op dit moment tot oplossingen?
- Hoe pakt u veranderingen aan?
- Als u iets zou mogen veranderen. Hoe zou u dat willen doen?

Tip:

Geef een samenvatting per bol. De samenvatting kan gebruikt worden als overgang naar een volgende bol.

Bol	Kernpunten
Mijn omgeving 	<ul style="list-style-type: none"> - Ervaren ondersteuning door (sociale en fysieke) omgeving? - Wens voor ondersteuning

Voorbeeldvragen

- Hoe ervaart u de ondersteuning van de mensen om u heen?
- Hoe zou u graag willen dat uw familie met u en uw aandoening omgaat?
- Heeft u ondersteuning nodig van uw omgeving?
- Hoe zouden anderen u kunnen ondersteunen bij hetgeen u wil veranderen?
- Het huis en de buurt waar je woont, ervaart u hierdoor belemmeringen in het leven?
- Zouden aanpassingen (in huis of in de buurt) of hulpmiddelen u kunnen ondersteunen?

Tip:

Breng de bollen in verband met elkaar. Relateer de bollen 'mijn eigen manier' en 'mijn omgeving' aan de wensen voor verandering die zijn uitgesproken in de bol 'mijn gezondheid' en 'mijn activiteiten'

Wilt u meer informatie en/of een training over het 4-bollen model en hoe deze kan ingezet worden in het proces van samen beslissen over doelen en actieplannen, neem dan contact op met: stephane.lenzen@zuyd.nl