



## Groei-wijzer

Interventies en instrumenten gericht op zelfmanagement en zelfredzaamheid van



<b>Doel</b>	Jongeren en ouders stap voor stap helpen ontdekken hoe de jongere zelfstandiger kan worden op verschillende domeinen in het leven door planmatig aandacht te besteden aan zelfmanagement en participatiethema's. Hiermee wordt de autonomie van jongeren vergroot en verlenen zorgverleners zorg op maat.
<b>Doelgroep</b>	Kinderen en jongeren met chronische aandoeningen (0-21 jaar) en hun ouders. De Groei-wijzer is ontwikkeld voor gebruik binnen de revalidatie bij jongeren zonder ernstige leerproblemen, maar omdat deze methodiek ook mogelijkheden biedt voor de somatische zorg, worden aangepaste versies ontwikkeld en getest. Specifieke Groei-wijzers zijn op dit moment beschikbaar voor de revalidatie, nefrologie (Nier Groei-wijzer), CF, hiv (Virus Groei-wijzer) en epilepsie (Epilepsie Groei-wijzer). Er is ook een Groei-wijzer ontwikkeld voor jongeren met epilepsie en verstandelijke beperkingen (Epilepsie Groei-wijzer VB). Bij de ontwikkeling van de Groei-wijzers zijn jongeren, ouders en zorgverleners intensief betrokken.
<b>Beschrijving</b>	<p>De Groei-wijzer bestaat uit een lijst met activiteiten en competenties die jongeren en hun ouders helpen te ontdekken hoe de jongeren zelfstandig kunnen worden en daarvoor concrete plannen kunnen maken. De Groei-wijzer is van ouders en jongeren en wordt door hen bewaard. Het instrument is bedoeld om de natuurlijke gang naar zelfstandigheid op een geleidelijke en overzichtelijke manier te prikkelen. Hierbij wordt rekening gehouden met de cognitieve en fysieke mogelijkheden van de jongere, de situatie thuis en de eigen voorkeuren. De Groei-wijzer stimuleert zelfstandigheid op negen verschillende domeinen (Ik, Zorg, Relaties, Studie, Werk, Wonen, Vervoer, Vrije tijd, Sport) en sluit hiermee aan bij de website <a href="#">Op Eigen Benen</a>.</p> <p>De Groei-wijzer gaat uit van drie fasen met bijbehorende lijsten:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 'Klaar voor de start' voor de leeftijd 7-11 jaar;</li><li>2. 'Goed bezig' voor de leeftijd 12-16 jaar;</li><li>3. 'Hier ben ik' voor de leeftijd 17 jaar en ouder.</li></ol> <p>De Groei-wijzer VB gaat uit van twee verschillende leeftijdscategorieën. Uiteindelijk is niet de kalenderleeftijd, maar het ontwikkelingsniveau bepalend voor de keuze van de lijst. De lijsten kunnen door zorgverleners worden gebruikt om doelen te bepalen, afspraken te maken en de voortgang bij te houden. Naast de drie lijsten bevat de Groei-wijzer ook een lijst 'Opgroeien van 0-21 jaar, wat en wanneer'. Deze lijst is een hulpmiddel voor jongeren en ouders door de jaren heen. Hij geeft hen op diverse terreinen stap voor stap meer inzicht op de weg naar meer zelfstandigheid voor de jongere.</p> <p>De Groei-wijzer is een vergelijkbaar planningsinstrument als het Individueel Transitie Plan (ITP) en Ready Steady GO (<a href="#">zie TOOL ITP</a>). Ze hebben beide als doel jongeren en ouders te ondersteunen bij het stapsgewijs ontwikkelen van meer zelfstandigheid en zelfredzaamheid.</p>
<b>Verwijzing</b>	<p>De Groei-wijzer is gebaseerd op '<a href="#">Developing Skills for Growing Up</a>', ontwikkeld door het Holland Bloorview Kids Rehabilitation Hospital in Toronto, Canada</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <a href="#">Getting Started</a></li><li>- <a href="#">On My Way</a></li><li>- <a href="#">Almost There</a></li></ul> <p>Over de ontwikkeling van (aangepaste versies van) de Groei-wijzer: Dr. Sander Hilberink, Erasmus MC, Afdeling Revalidatiegeneeskunde, <a href="mailto:s.hilberink@erasmusmc.nl">s.hilberink@erasmusmc.nl</a>. Bij hem kunt u ook de Groei-wijzer opvragen.</p>

Maathuis, C.G.B., I. Vos, M.E. Roebroek & S.R. Hilberink. (2012). 'Een instrument om vaardigheden voor zelfstandigheid te vergroten: De Groei-wijzer.' *Nederlands Tijdschrift voor Revalidatiegeneeskunde*, 3,115-119.

van Staa, A.L. & Sattoe, J.N.T. (2013). Op Eigen Benen Vooruit! Betere transitiezorg voor jongeren met nierziekten. *Dialyse & Nefrologie Magazine*, 31(3): 10-17.

Sattoe, J. N. T., Hilberink, S. R., Peeters, M. A., & van Staa, A. (2014). 'Skills for growing up': supporting autonomy in young people with kidney disease. *Journal of renal care*, 40(2), 131-139.

## Voorbeeld(en) van toepassingen in de Praktijk

### Praktijkvoorbeeld

In **Revalidatiecentrum Blixembosch** is in 2010 gestart met een pilot. "De Groei-wijzer werd uitgereikt onder en toegepast door jongeren tussen 10-14 jaar. Na evaluatie is besloten de Groei-wijzer eerder aan te reiken, namelijk aan kinderen vanaf 7 jaar, omdat de ouders van deze kinderen dan een actievere rol spelen in het leven van het kind. Ouders en jongeren krijgen sinds 2011 de Groei-wijzer aan het begin van het schooljaar op de Mytyschool uitgereikt. Poliklinische kinderen krijgen de Groei-wijzer via één van de leden van het behandelteam (maatschappelijk werk of psycholoog). De Groei-wijzer zet de ouders aan het denken over welke elementen van het zelfstandig worden (bijvoorbeeld boodschappen doen, schoonmaken etc.) al dan niet gestimuleerd kunnen worden bij het kind. Het genereert vooral ideeën. Ouders voelen zich vaak bevestigd in hun aanpak en vinden het een handige checklist voor: hoe wordt mijn kind zelfstandig? Ook helpt het professionals zich meer bewust te zijn van zelfredzaamheidsthema's".

### Effect/resultaat

In samenwerking met het **UMC Groningen, Revalidatiecentrum Blixembosch, Mytyschool Eindhoven, Erasmus MC afdeling Revalidatiegeneeskunde** en **TransitieNet** en de **BOSK** is een pilotonderzoek uitgevoerd. In dit project participeren naast de genoemde centra ook de revalidatiecentra Het Roessingh en Leijpark.

De pilot wees uit dat gebruik van de Groei-wijzer toepasbaar is in de dagelijkse zorgverlening, dat gebruik van de Groei-wijzer gewaardeerd wordt door behandelaars, ouders en 'jongere' jongeren en dat toepassing van de Groei-wijzer ertoe leidt dat autonomie en participatie vaker besproken wordt tijdens het behandelcontact. De Groei-wijzer werd vooral gebruikt door leerlingen binnen het speciaal onderwijs en deelnemers met een relatief lage self-efficacy. Een grote meerderheid van ouders en jongeren zegt de Groei-wijzer te blijven gebruiken (Maathuis et al. 2012).

In 2012 is een pilot uitgevoerd met de Groei-wijzer in de nefrologie. Hier deden vijf kindernefrologie teams aan mee uit **Erasmus MC Rotterdam, Amsterdam Medisch Centrum, VU Medisch Centrum Amsterdam, Universitair Medisch Centrum Utrecht en Radboudumc**. Het gebruik en de haalbaarheid van de aangepaste Nier Groei-wijzer is op kleine schaal uitgetest door interviews met de zorgverleners en focusgroepen met de zorgteams te houden.

Deze pilot liet zien dat het gebruik van de Groei-wijzer in de praktijk meerwaarde oplevert. Het instrument geeft input voor het systematisch bespreken van verschillende thema's met jongeren. Zorgverleners waarderen de stapsgewijze opbouw die rekening houdt met de ontwikkeling van jongeren. Daarnaast creëert de Groei-wijzer bewustwording bij jongeren, ouders en zorgverleners over belangrijke thema's voor jongeren die opgroeien met een chronische (nier)aandoening.

### Ervaringen

Het instrument daagt ouders en jongeren uit na te denken wat deze vraag in hun situatie en met hun beperkingen kan betekenen. Ook al kunnen jongeren met beperkingen niet alles zelf doen door hun handicap (bijvoorbeeld jezelf aankleden), elke jongere kan wél de regie voeren over wie hem/haar helpt met aankleden en wat hij/zij aan wil trekken. Op die wijze wordt een jongere wel onafhankelijker van de ouders. De gedachte achter het instrument is, deze discussie tussen ouders en jongeren te stimuleren hierover na te denken en eventueel hierbij hulp in te roepen van het revalidatieteam.

**Blixembosch:** " Het voordeel is dat het heel concreet wordt van wat je allemaal voor stapjes kunt doen. We merken dat we hier toch heel vaak in de revalidatie te medisch gedacht hebben. En dat je hele stukken van zelfstandigheid van een taakje in huis hebben, of ergens verantwoordelijk voor zijn, of zelf dingen regelen, dat we dat toch maar lieten liggen. En dan opeens ben je bijna volwassen en dan moet je alles

doen. En dan heb je eigenlijk geen tijd gehad om het te leren. Terwijl we van de meeste van deze jongeren weten dat ze tijd nodig hebben om dingen vaak te herhalen om het op die manier te leren.”

“Daarnaast is het grote voordeel van de Groei-wijzer dat het instrument heel breed is. Dat wat je hoopt is dat de ouders en jongere wat meer bewustzijn komt over de gebieden waar nog wat op te winnen is. Vaak vervalt je ook wel in een bepaald patroon; ook als ouder en kind. Stel dat je zorg nodig hebt, ja, je moeder of je vader verzorgen je. En dat gaat dan maar door en dat gaat dan maar door. Terwijl op zich voor een volwassen iemand is het natuurlijk niet logisch dat je vader en je moeder je verzorgen. Dan kun je dat gewoon, op voorwaarde natuurlijk dat ze het zelf ook willen, veel makkelijker ter discussie stellen. En als mensen daar zelf een vraag hebben van goh, hoe regel ik dat op een andere manier. Het biedt jongeren en hun ouders ook een steuntje in de rug.”

#### Overig

TIP: Gebruik de Groei-wijzer in combinatie met de [TOOL: Rotterdams Transitieprofiel](#), zodat je als team kunt monitoren in hoeverre stappen op verschillende domeinen gemaakt worden.