



Aan Aanwezigen en genodigden Invitational Conference '*Gezond Actief Ouder Worden*'

Van Anke Heijnsman & Stefanie van Opstal

Betreft Terugblik op de Invitational Conference

Rotterdam, 27 mei 2011

Geachte aanwezigen en genodigden,

Op 20 januari jl. heeft een Invitational Conference plaatsgevonden op de Hogeschool Rotterdam als afsluiting van het tweejarige onderzoeksproject naar de implementatiemogelijkheden van het '*Gezond Actief Ouder Worden*' programma. In deze bijeenkomst is samen met de vele betrokkenen bij het project met enthousiasme en op kritische wijze teruggekeken op het proces van implementeren en de daarbij opgedane kennis en ervaringen. Onder de aanwezigen waren deelnemers, groepsbegeleiders, managers, beleidsmakers, netwerkpartners van de betrokken zorgorganisaties, specifieke inhoudsdeskundigen, strategische partners, geïnteresseerden uit het werkveld, onderzoekers en adviseurs van de onderzoeksprojectgroep.

Het gezamenlijk terugblikken vond plaats middels gespreksrondes met als leidraad de vier kennisthema's (ontwikkelen, organiseren, aanbieden en evalueren) en een afsluitende stellingendiscussie. Er zijn veel nieuwe en waardevolle inzichten naar voren gekomen vanuit de verschillende blikvelden van de betrokkenen. Deze inzichten zullen worden benut bij het uitwerken van plannen voor de verdere ontwikkeling en implementatie van het '*Gezond Actief Ouder Worden*' programma.

De Invitational Conference heeft een belangrijke bijdrage geleverd aan de evaluatiefase van het onderzoeksproject en heeft tot concrete aanbevelingen geleid hoe verder te gaan. Het is duidelijk geworden dat het programma nog niet 'af' is en dus verder ontwikkeld dient te worden. De grote opkomst en het enthousiasme gedurende de dag maakten ook helder dat er nauwe betrokkenheid en een groot draagvlak is voor voorzetting en nader onderzoek van het programma. Een conclusie die we samen hebben getrokken is dat '*Gezond Actief Ouder Worden*' een kansrijk preventief programma is voor thuiswonende ouderen dat zeker een vervolg moet krijgen. Daartoe zijn op de bijeenkomst waardevolle suggesties gedaan. De onderzoeksprojectgroep heeft inmiddels de eerste stappen gezet om een vervolgonderzoek te kunnen gaan realiseren.

Via deze weg willen wij u nogmaals hartelijk danken voor uw aanwezigheid en inbreng op de Invitational Conference. Voor meer informatie over de evaluatie en bevindingen rondom het '*Gezond Actief Ouder Worden*' onderzoeksproject, verwijs ik u naar de bijlagen en website: www.gezondactiefouderworden.nl.

Met vriendelijke groeten,

Anke Heijnsman (projectleider) en Stefanie van Opstal (onderzoeker)

Bijlagen:

1. Programma Invitational Conference;
2. Samenvatting Evaluatieverslag Implementatieproject '*Gezond Actief Ouder Worden*'.

BIJLAGE 1

Invitational Conference 20 januari 2011
 Hogeschool Rotterdam, Museumpark 40, 3015 CX Rotterdam
 hoogbouw, 11^e verdieping (MP. H11.043)

Programma

9.45-10.15 uur	Inschrijven. Inloop met koffie/thee.	
10.15-11.00 uur	Welkom. Toelichting GAOW programma, onderzoeksproject en methodiek. Presentatie opgedane ervaringen en inzichten, discussievragen.	Chris Kuiper, lector participatie HR; programmaleider GAOW
11.00-11.15 uur	Koffie / thee.	
11.15-11.45 uur	Gespreksronde 1. Kennisthema 'Ontwikkelen'. <i>Hoe kan de handleiding (het beste) worden ontwikkeld?</i>	Groep 1, lokaal MP.H03.002 Groep 2, lokaal MP.H05.038 Groep 3, lokaal MP.H11.043 Groep 4, lokaal MP.H11.043
11.45-12.15 uur	Gespreksronde 2. Kennisthema 'Organiseren'. <i>Hoe zijn werving, lokale uitvoer en financiering (het beste) te organiseren?</i>	Groep 1, lokaal MP.H03.002 Groep 2, lokaal MP.H05.038 Groep 3, lokaal MP.H11.043 Groep 4, lokaal MP.H11.043
12.15-13.00 uur	Lunch.	
13.00-13.30 uur	Gespreksronde 3. Kennisthema 'Aanbieden'. <i>Welke expertise en competenties zijn nodig om het programma (zo goed mogelijk) aan te bieden?</i>	Groep 1, lokaal MP.H03.002 Groep 2, lokaal MP.H05.038 Groep 3, lokaal MP.H11.043 Groep 4, lokaal MP.H11.043
13.30-14.00 uur	Gespreksronde 4. Kennisthema 'Evalueren'. <i>Wat is de betekenis van de opgedane leerervaringen en inzichten?</i>	Groep 1, lokaal MP.H03.002 Groep 2, lokaal MP.H05.038 Groep 3, lokaal MP.H11.043 Groep 4, lokaal MP.H11.043
14.00-14.15 uur	Koffie / Thee	
14.15-14.45 uur	Plenaire evaluatie; stellingen discussie. Vooruitblik en afsluiting.	MP.H11.043
14.45-15.30 uur	Napraten en borrel. Mogelijkheid voor het bekijken van de ontwikkelde producten.	MP.H11.043

Samenvatting evaluatieverslag¹

Implementatieproject 'Gezond Actief Ouder Worden'



Het 'Gezond Actief Ouder Worden' programma is ontwikkeld door de Hogeschool van Amsterdam, Hogeschool Rotterdam en Hogeschool Zuyd. Met een subsidie van de Stichting Innovatieve Alliantie RAAK wordt in samenwerking met de Stichting Cordaan Amsterdam, Ergovision Geleen, Laurens Rotterdam en Aafje Rotterdam (voorheen De Stroom Opmaat Groep) de implementatie van het programma onderzocht.

¹ Voor het volledige Evaluatieverslag wordt verwezen naar www.gezondactiefouderworden.nl

Centrale vraagstelling

(Hoe) is het mogelijk preventieve interventies te ontwikkelen voor thuiswonende ouderen met als doel behoud van gezondheid en welbevinden, zodat zij langer zelfstandig kunnen blijven - gebaseerd op de uitgangspunten van het bewezen effectieve Amerikaanse Lifestyle Redesign® - en deze te evalueren voor verschillende specifieke gekozen contexten in de regio's Rotterdam, Limburg en Amsterdam, gebruikmakend van de reeds opgedane ervaringen van de verschillende partners?

Vier kennisthema's

Ontwikkelen

Onder 'ontwikkelen' verstaan we uitsluitend het ontwikkelen van de handleiding van het GAOW programma.

Organiseren

Onder 'organiseren' vatten we de volgende deelonderwerpen:

- Werving;
- Financiële borging (dit deelonderwerp wordt op projectniveau onderzocht);
- Plaats van uitvoering;
- Ruimte en middelen.

Aanbieden

Bij 'aanbieden' gaat het om:

- Aanvullende competenties van de ergotherapeut;
- Aanvullende expertise van andere professionals.

Evalueren

Onder 'evalueren' verstaan we het beoordelen van de geschiktheid van de onderzoeksmethode (actieonderzoek en de daarbinnen gebruikte meetinstrumenten reflectie- en evaluatiemethoden) voor het evalueren van de implementatie van het GAOW programma in verschillende contexten.

Evalueren is een overkoepelend kennisthema. Enerzijds is beoogd door het uitvoeren van een actieonderzoek het *proces* van implementeren te faciliteren en evalueren. Anderzijds is beoogd door het uitvoeren van een actieonderzoek betekenisvolle ervaringen en inzichten te verzamelen die bijdragen aan het *inhoudelijk* beschrijven en evalueren van de kennisthema's (t.w. ontwikkelen, organiseren en aanbieden).

Door evaluatie van zowel het proces als de kennisthema's wordt beoogd onderbouwde uitspraken te doen over hoe implementatie van het GAOW programma het beste geëvalueerd kan gaan worden in een vervolg onderzoek.

Kennisthema Ontwikkelen

Inhoud

De tien thema's sluiten aan bij onderwerpen die deelnemende senioren bezighouden. De aangeboden onderwerpen bieden voldoende ruimte om tot specifieke in- en aanvullingen te komen, aansluitend bij wensen en behoeften van de groep, lokale en culturele aspecten en op basis van actualiteit. Vooral door de kennis en ervaringen die deelnemers inbrengen kunnen thema's concreet en toepasbaar worden gemaakt. De aard van de onderwerpen vraagt om een multi-professionele invulling of verdieping van eigen kennis. Ergotherapeuten beschikken niet bij alle thema's over voldoende kennis.

Structuur- en proceselementen

Het samenstellen van een individueel leertraject en een 'op maat' groepsprogramma - op basis van inventarisatie en identificatie van (handelings)problemen, behoeftes, wensen en persoonlijke doelen - lukt niet voorafgaand aan de groepsbijeenkomsten. Deelnemers blijken vooral door deelname aan de cursus te ontdekken wat deze inhoudt en wat ze ervan kunnen leren. De combinatie van individuele en groepsbijeenkomsten werkt goed en leidt tot verdieping van het reflectief en explorerend leren.

Het uitwisselen van ervaringen, kennis en adviezen tussen groepsleden versterkt en verdiept zich vooral door de sterke onderlinge herkenning en identificatie. Hierdoor intensiveren het groepsproces, de contacten en interacties tussen groepsleden. Persoonlijke exploratie door middel van reflectief, zelfsturend leren is voor veel deelnemers een onbekende wijze van leren. Ook wordt het door veel deelnemers, vooral in het begin van de cursus, als een confronterende wijze van leren ervaren. De thematische kennisoverdracht en de bundeling van de verkregen informatie in een persoonlijke naslagmap wordt zeer gewaardeerd door deelnemers. Het is essentieel dat een vaste persoon het proces begeleidt, faciliteert en coacht en een link legt tussen het groepsleren en individuele leren. De ergotherapeutische beroepsachtergrond van de groepsfacilitator is waardevol gebleken. Specifieke competenties als groepsbegeleider en facilitator worden echter gemist (zie verder Aanbieden).

Bruikbaarheid

Bij de meeste contexten/groepen zijn de basisthema's uit de handleiding als aanleiding gebruikt voor het vaststellen van de inhoud van de groepsbijeenkomsten. De geboden handreikingen voor keuze en invulling van (groeps)activiteiten bleken een beperkte leidraad. Er bleken veel aanvullingen en aanpassingen nodig om de gegeven suggesties praktisch uitvoerbaar en begrijpelijk te maken voor een specifieke doelgroep, aansluitend bij de functionele mogelijkheden, voorkeuren en wensen en/of specifieke culturele eigenschappen van de deelnemers. Uitleg van de thema's en taalgebruik vroeg in veel groepen om vereenvoudiging, vooral voor deelnemers met een niet Nederlandse achtergrond.

De groepsfacilitatoren geven aan dat de handleiding om die redenen niet goed bruikbaar is: het kost veel tijd om tot bijstellingen en aanvullingen te komen voor een specifieke groep. Ook vindt men dat er te weinig congruentie bestaat tussen de theoretische, conceptuele uitgangspunten en praktische handreikingen. Het onderscheid in een 'denk' en 'doe' deel werkte wel goed; hiermee kon kennis worden genomen van achterliggende ideeën en om vervolgens groepsgerichte aanpassingen en verbijzonderingen aan te gaan brengen. Deze

noodzakelijke contextuele en groepsgerichte aanpassingen vereisen naast tijd ook veel creativiteit en inventiviteit. Vooral wanneer 'vertaling' nodig was (cultureel en/of letterlijk) van gegeven suggesties voor een themabijeenkomst voor een groep senioren uit een andere culturele setting dan de Nederlandse. Verder geven de groepsfacilitatoren aan dat de handleiding vooral een Westerse cultuur en wijze van denken weerspiegelt en dat er te weinig aandacht is voor de invloed van diversiteit, cultuur en religie op leefstijl, levensvisie en de beleving van en betekenis die mensen geven aan dagelijkse activiteiten.

Kennisthema Organiseren

Werving

Werving van de beoogde doelgroepen bleek veelomvattend te zijn; het was tijdrovend en arbeidsintensief. Geschreven informatie, zoals in de vorm van advertenties en folders, bleek een beperkt effect te hebben. Intensieve samenwerking met sleutelpersonen, werkzaam in het netwerk van zorg, wonen en welzijn, en een persoonlijke benadering werkte beter. De titel van het programma heeft mogelijk geen wervende uitstraling. Een gerichte doelgroepbenadering lijkt alleen mogelijk als duidelijk is waarop het programma (de interventie) zich richt. Afhankelijk van de deelnemende ouderen in de groep, kan het programma zich zowel richten op primaire, secundaire als tertiaire preventie.

Financiële borging

In het project is verkennend onderzoek gedaan naar mogelijkheden voor financiering van het programma bij vervolg uitvoering. Uit de strategische contacten met diverse contactpersonen binnen verschillende netwerken en koepelorganisaties, en de betrokken zorgorganisaties zijn een aantal ideeën voortgekomen. De conclusie is dat projectfinanciering de meest kansrijke vorm is.

Plaats van uitvoering, ruimte en middelen

De cursus moet dichtbij worden gegeven, in de eigen buurt. De locatie moet letterlijk en figuurlijk bereikbaar en toegankelijk zijn. Inrichting en ondersteunende (AV) middelen moeten aansluiten bij de kenmerken van de doelgroep, aard en doelstellingen van de cursus.

Kennisthema Aanbieden

Het is essentieel dat een centrale persoon het groeps- en individuele leerproces begeleidt, faciliteert en coacht. Specifieke competenties zijn nodig op het gebied van groepsdynamica, empowerment, zelfmanagement, gedragsverandering en coaching.

Een probleemgeoriënteerde benadering sluit niet aan bij de beleving van deelnemers. Inhoudelijke kennis van, en opmerkzaamheid voor thema's die voor ouderen betekenis hebben is essentieel. Uitbreiding van eigen kennis en inzet van andere deskundigen bleek bij een aantal inhoudelijke thema's nodig om aan te sluiten bij specifieke wensen van deelnemers (zie ook Ontwikkelen).

Aanvullende competenties van de ergotherapeut als eerste begeleider

Een ergotherapeut in de rol van groepsfacilitator heeft andere competenties nodig dan binnen behandel- en zorggerichte contexten en therapeutische (individuele) behandelrelaties. Hierbij gaat het o.a. om kennis, vaardigheden en attitudes over de verschillende conceptuele uitgangspunten van het programma, zoals kennisoverdracht (educatie, didactische presentaties), inzicht in de fasen van gedragsverandering, empowerment en zelfmanagement als benadering, uitwisseling tussen gelijken, betekenis van het opdoen van directe ervaringen, en bewustwording en leren door persoonlijke exploratie, om het programma op methodische wijze te kunnen aanbieden aan verschillende doelgroepen. Een positieve kijk op senioren en het proces van ouder worden is daarbij essentieel, waarbij de mogelijkheden en kracht van deelnemende senioren als uitgangspunt worden genomen.

Kennisthema Evalueren

Door middel van actieonderzoek is het GAOW programma fasegewijs geïmplementeerd. De aanvankelijk geselecteerde contexten bleken niet allen haalbaar. Bijstelling heeft plaatsgevonden in overleg met de betrokken partners in het project. Uiteindelijk is het GAOW programma succesvol geïmplementeerd binnen 7 contexten voor verschillende doelgroepen.

Het projectteam is van mening dat de verzamelde ervaringen een rijke bron aan informatie bevatten, die reeds gedurende het implementatie project benut zijn voor het evalueren, bijstellen en verbeteren van de implementatie van het programma GAOW. Daarnaast kunnen deze ervaringen van betekenis zijn voor het concretiseren van onderzoeksvragen in vervolgonderzoek.

De opzet om de vier partijen of 'stemmen' (d.w.z. deelnemers, groepsfacilitatoren, managers/beleidsmedewerkers en onderzoekers) te betrekken bij het (verder) ontwikkelen en implementeren van het (conceptuele) GAOW programma blijkt een bruikbare invalshoek. Zowel het verwoorden, als het delen en gezamenlijk reflecteren op de ervaringen en perspectieven heeft betekenisvolle inzichten opgeleverd. De 'verhalen' die verzameld zijn over de opgedane ervaringen vanuit de verschillende perspectieven, en het kennismaken van deze ervaringen en perspectieven d.m.v. het delen van verhalen, lijkt van waarde voor het (verder) ontwikkelen en implementeren van het GAOW programma.

Meetinstrumenten zijn ingezet met drie verschillende doelstellingen:

1. De COPM werd ingezet met als doel individuele verandering en participatie te beschrijven.
2. De Rand-36, MMSE, GFI, SMAS-30 en SWLS werden ingezet met als doel karakterisering van de contextbeschrijving vorm te geven.
3. De SMAS-30 en SWLS werden ingezet om aanwijzingen voor betekenis van het programma op het gebied van zelfmanagement en kwaliteit van leven te verkrijgen.

Aangaande de COPM werd al snel geconstateerd dat het instrument zoals gebruikt door de groepsfacilitator (ergotherapeut) meer focust op problemen dan op mogelijkheden. Tevens bleek het moeilijk voor deelnemers persoonlijke doelen te benoemen; vooral door deelname ontdekte men wat men kon en wilde leren. Dientengevolge is er in overleg van afgezien het instrument te gebruiken (bij begin en gedurende cursus) bij de overige groepen.

De kwantitatieve meetinstrumenten hebben bijgedragen de veronderstelling te onderbouwen dat de groepen per context verschillen op een aantal kenmerken. Zowel binnen als tussen groepen zijn significante verschillen gevonden. De opmerking dat de groepen erg klein waren moet uiteraard gemaakt worden.

Het gebruik van de ingezette meetinstrumenten voor deze doelgroepen heeft een aantal kanttekeningen opgeleverd. De Rand-36, SMAS-30 en de MMSE kunnen als instrument worden gebruikt voor karakterisering van de doelgroepen m.b.t. (algemene) gezondheid, zelfmanagement in relatie tot welbevinden, en cognitieve vaardigheden.

De ervaringen met het afnemen van de SWLS en de SMAS-30 zijn dat deze respectievelijk confronterend en 'talig' zijn. De uitkomsten lijken multi-interpretabel te zijn. Het invullen (of afnemen) van de instrumenten leidde soms tot weerstand, of er was extra uitleg van de onderzoeker nodig.

De scores op de GFI richten zich volgens de officiële interpretatie op 'wel/niet kwetsbaar' en niet op de ervaren mate van kwetsbaarheid. Hierdoor zijn enerzijds mogelijkheden en compensatie onderbelicht en anderzijds bleek uit de uitkomsten dat bijna elke deelnemende oudere conform de norm kwetsbaar zou zijn. Dat komt niet overeen met de beleving van de deelnemers zelf; zij vonden de term 'beledigend' en benadrukken liever wat ze wel kunnen.

Daar aspecten als groepsleren en bewustwording een grotere betekenis te lijken hebben vanuit het perspectief van deelnemers dan concrete veranderingen op het gebied van zelfmanagement en kwaliteit van leven, mag afgevraagd worden of de gebruikte meetinstrumenten de juiste zijn om eventuele werkzame mechanismen van het GAOW programma in kaart te brengen.

Tijdens dit project zijn de resultaten van het kwantitatieve deel niet teruggegeven aan de betrokkenen. In deze zin is het geen aspect geweest van het actieonderzoek en heeft het geen invloed gehad op proces van implementeren van het GAOW programma. De analyse en betekenis van de kwantitatieve gegevens is wel meegenomen voor de eindevaluatie.

