

Zo pak je het aan in de praktijk

Leefstijl structureel onderdeel in de ggz

Leefstijl speelt een belangrijke rol in herstel binnen de ggz. Toch is het in de praktijk vaak lastig om leefstijl structureel onderdeel te maken van behandeling. In dit project zijn twee tools getest die zorgprofessionals helpen om leefstijl direct bespreekbaar te maken en toe te passen in de dagelijkse praktijk: de **leefstijlscreener** en de **Teamscan Leefstijl**.



Leefstijlscreener

Tool voor het signaleren en bespreekbaar maken van leefstijl in gesprekken met cliënten. De korte vragenlijst helpt behandelaars om thema's zoals beweging, voeding, slaap en middelengebruik in kaart te brengen.

- | Inzetbaar tijdens intake of behandeling
- | Snel in te vullen
- | Beschikbaar via RoQua



Teamscan Leefstijl

Tool voor het monitoren en bespreken van hoe leefstijl is ingebed binnen teams en werkwijzen. De Teamscan helpt teams om inzicht te krijgen in wat goed gaat en waar kansen liggen voor verbetering.

- | Geeft inzicht in wat goed gaat en wat beter kan
- | Stimuleert gesprek binnen het team
- | Geschikt als startpunt voor verbetering

WAT LEVERT HET OP

Leefstijlscreener

- | Geeft snel een eerste beeld van leefstijl
- | Helpt om het gesprek met cliënten op gang te brengen
- | Past binnen de beschikbare consulttijd
- | Werkt het best als je hem samen invult met de cliënt

Teamscan Leefstijl

- | Maakt zichtbaar waar je als team staat
- | Laat zien waar kansen liggen
- | Zet aan tot gesprek en gezamenlijke keuzes
- | Kan periodiek worden herhaald om voortgang te volgen

DOORONTWIKKELING

Leefstijlscreener

- | Uitbreiding met thema's zoals stress en sociale verbondenheid
- | Doorontwikkeling is al in gang gezet

Teamscan Leefstijl

- | Doorontwikkeling richting ambulante setting
- | Toevoegen van voorbeelden en handelingsperspectief
- | Betere aansluiting op zorgstandaarden



ERVARINGEN VAN PROFESSIONALS

"De screener geeft snel overzicht en houvast in het gesprek"

"Samen invullen werkt beter dan alleen laten invullen"

"De Teamscan helpt om het gesprek in het team op gang te brengen"

"Je ziet waar je staat en waar je nog stappen kunt zetten"

IN DE PRAKTIJK

Ingezet binnen

4 
ggz-instellingen

 **8** interviews met zorgprofessionals om ervaringen op te halen

Toegepast in **meerdere teams en afdelingen**



TIPS

- | Plan bewust tijd in om ermee te werken
- | Gebruik de tools als start van het gesprek, niet als doel op zich
- | Bespreek als team wat je met de uitkomsten doet
- | Herhaal de Teamscan om ontwikkeling te volgen



VALKUILEN

- | Tijdsdruk kan gebruik lastig maken
- | Leefstijl is niet altijd standaard onderdeel van behandeling
- | Teams moeten zelf bepalen welke vervolgacties passend zijn
- | Enige basiskennis over leefstijl is nodig

AAN DE SLAG MET LEEFSTIJL IN DE PRAKTIJK

Leefstijl integreren in de ggz hoeft niet groot of ingewikkeld te beginnen. De leefstijlscreener en de Teamscan Leefstijl helpen om leefstijl concreet bespreekbaar te maken in gesprekken en binnen teams.

De praktijkervaringen uit dit project laten zien dat beide tools aansluiten bij de dagelijkse zorgpraktijk en direct toepasbaar zijn.

Begin klein:

- | Gebruik de leefstijlscreener tijdens een intake of behandelgesprek
- | Bespreek de Teamscan een keer met het team
- | Kijk samen welke vervolgstappen passen binnen jullie praktijk



CONCLUSIE

Leefstijl integreren in de ggz kan direct in de praktijk. De leefstijlscreener en de Teamscan Leefstijl bieden hiervoor concrete handvatten.

Ze helpen om leefstijl bespreekbaar te maken, inzicht te krijgen en als team stappen te zetten. Tegelijk vraagt het gebruik om bewuste inzet en afspraken binnen het team.

Zo krijgt leefstijl stap voor stap een plek in de dagelijkse zorg.