

Aandachtspuntenlijst POM-methode

Ontwikkeld door Trimbos Instituut

In onderstaand schema kunt u aangeven op welke punten de mantelzorg knelpunten ervaart en of deze behoefte heeft aan ondersteuning.

		Knelpunten		Behoefte aan ondersteuning	
		ja	nee	ja	Nee
Informatie	▪ Bekend met het ziektebeeld				
	▪ Omgaan met medicatie				
	▪ Omgaan met probleemgedrag				
	▪ Omgaan met crisissituaties, complicaties of wisselend beloop van de ziekte				
Emotioneel	▪ Relatie met de patiënt (verandering in de relatie, grenzen stellen, alleen beslissingen moeten nemen)				
	▪ Motivatie om te zorgen (goede band, plicht, verantwoordelijkheidsgevoel)				
	▪ Steun/waardering van en communicatie met sociaal netwerk en hulpverlening				
	▪ Mogelijkheden voor ontspanning				
	▪ Klachten (stress, psychische klachten, schaamte, slaapproblemen, angst, woede, piekeren, schuldgevoel, zelfvertrouwen)				
Praktisch	▪ Wonen, vervoer, afstand				
	▪ Mobiliteit, belemmerende lichamelijke klachten				
	▪ Dubbele belasting (eigen huishouden, gezin, werk); beschikbare tijd				
Anders, nl.					