



Een ecogram maken: de omgeving

Met een ecogram brengen we de belangrijke sociale contacten van de cliënt in kaart. Het ecogram houdt rekening met verschillende leefgebieden. Het is als een röntgenfoto van het sociaal netwerk.

Een ecogram is een schema van het sociaal netwerk van de cliënt. Bij een ecogram gaat het niet alleen om familie, maar ook om niet-familieleden waarmee de cliënt een belangrijke persoonlijke verbinding heeft zoals vrienden, kennissen, burens en/of collega's. In een ecogram kunnen ook meer 'zakelijke' contacten opgenomen zijn zoals artsen, verpleegkundigen, de fysiotherapeut, huishoudelijke of verzorgende medewerkers of de activiteitenbegeleidster. Een ecogram laat in één oogopslag de omvang van het netwerk en de praktische en emotioneel steun die door het netwerk gegeven wordt zien.



P = praktische steun

G = gezelschap

A = advies en uitwisselen informatie

E = emotionele steun

"Het maken van het ecogram" is een bestaand instrument. Deze uitwerking van het maken van het ecogram is aangepast op grond van ervaringen uit de praktijk (*Traject In voor Mantelzorg, 2015 - 2016*)



Een voorbeeld van een ecogram: Ecogram van Jan de Vries

Een ecogram heeft de vorm van een ster. We tekenen een cirkel in het hart van het schema. Daarin staat de naam van de cliënt. Vervolgens maken we rondom deze cirkel allerlei rondjes. De rondjes staan voor de persoonlijke contacten van de cliënt. Meestal gaat het om een aantal vaste gegevens:

- 1) Gezin van herkomst (G). Bij ouderen gaat het dan meestal om broers en zusters. Bij jongere generaties ook om de ouders.
- 2) Overige familieleden (F). Dit zijn (klein-)kinderen, zwagers, schoonzussen, neven en nichten.
- 3) Vrienden (V). Het contact is van persoonlijke en emotionele aard en kan een belangrijke steun zijn.
- 4) Kennissen (K), (oude) burens, (oud) collega's, vrijwilligers, maatjes. Het contact is van sociale aard, maar misschien minder persoonlijk en emotioneel van aard dan bij vrienden.
- 5) Burens (B). Directe burens, gang- of huiskamerburen waarmee men een band ervaart.
- 6) Zorgverleners (Z), of andere beroepskrachten zoals verpleegkundigen, artsen, therapeut, dominee/pastoor.

De cirkels worden via een lijn verbonden met het hart. Elke lijn is ook met een pijl gericht: van de cliënt naar de ander, van de ander naar de cliënt en wederzijds (twee pijlen). De aard van de verbinding wordt met een letter aangeduid. Een P-lijn staat voor 'praktische steun'. Een G-lijn betekent 'gezelschap'. Een A-lijn staat voor advies en uitwisselen van informatie en een E-lijn zegt dat er emotionele steun gegeven wordt.

Tips bij het maken van een ecogram

- *'Soms merken we dat het vragen naar het sociale netwerk een soort invulinstructie is voor medewerkers. Maar als je echt het gesprek aangaat met iemand levert het andere gesprekken op dan je van tevoren zou verwachten.'* (Noorderbreedte Zorgpartners)
- *"We beginnen nu bij cliënten waarvan we het vermoeden hebben dat ze niet over een groot netwerk beschikken."* (RST Zorgverleners)

Voorbeeldvragen bij het maken van een ecogram

- Met wie praat u als u het moeilijk hebt?
- Welke rol speelt deze persoon in uw leven?
- Met wie heeft u contact in de buurt waar u woont?
- Met wie heeft u telefoongesprekken?
- Met wie gaat u (weleens) naar buiten?
- Hoe is het contact met familieleden?
- Van wie krijgt u bezoek?
- Bij wie gaat u wel eens op bezoek?
- Heeft u vast gezelschap bij het eten, in de huiskamer of tijdens activiteiten?
- Aan wie schrijft u weleens brieven of ansichtkaarten / wie schrijft weleens brieven of ansichtkaarten aan u?
- Met wie heeft u contact via brieven, ansichtkaarten, e-mail, WhatsApp of Facebook?
- Gaat u wel eens uit logeren en bij wie?
- Heeft u de afgelopen tijd aan iemand iets uitgeleend of heeft u van iemand iets geleend?
- Wie komt er op uw verjaardag / bij wie gaat u op verjaardag?
- Zijn er personen die voor u belangrijk zijn, niet genoemd?