

A close-up photograph of a person's hand, wearing a blue long-sleeved shirt, reaching out to touch a green grass seed head. The hand is positioned in the center-right of the frame, with fingers slightly curled. The grass is vibrant green and has a feathery texture. The background is a soft-focus outdoor scene with green foliage and a hint of a white structure, possibly a railing. The lighting is bright and natural, suggesting a sunny day.

Gedrag dat helpt om de stemming van bewoners in een woonzorghuis te verbeteren

Inge Knippenberg

**Gedrag dat helpt om de stemming van bewoners
in een woonzorghuis te verbeteren**

Publiekssamenvatting behorend bij het proefschrift:

**Towards direct and indirect measurement
of mood-improving behaviors in nursing homes**

Inge Knippenberg

Omslagontwerp en lay-out: Anna Bleeker | persoonlijkproefschrift.nl
Drukwerk: Ipskamp Printing | ipskampprinting.nl

Dit onderzoek werd uitgevoerd bij het Universitair Kennisnetwerk Ouderenzorg Nijmegen (UKON) – een samenwerkingsverband tussen het Radboudumc en achttien organisaties voor langdurige zorg. Het onderzoek vond plaats in samenwerking met de Open Universiteit (OU) en de Vrije Universiteit Brussel (VUB), evenals met organisaties voor langdurige zorg buiten het UKON-netwerk, in zowel Nederland als België.

Het onderzoek werd hoofdzakelijk gefinancierd door het Junior Researcher project 2019 van het Radboudumc (subsidienummer 2019-159), Radboud Institute for Health Sciences (RIHS), Nederland. Sommige studies (hoofdstukken 2 en 4) zijn uitgevoerd zonder externe financiering.

Financiële ondersteuning voor de druk van dit proefschrift werd verstrekt door het Radboudumc, Alzheimer Nederland en het Radboudumc Alzheimer Centrum (RAC).



Een elektronische versie van dit proefschrift is beschikbaar via ukonnetwerk.nl/publicaties en repository.ubn.ru.nl

© Inge Knippenberg, 2025

Towards direct and indirect measurement of mood-improving behaviors in nursing homes

Proefschrift ter verkrijging van de graad van doctor
aan de Radboud Universiteit Nijmegen
op gezag van de rector magnificus prof. dr. J.M. Sanders,
volgens besluit van het college voor promoties
in het openbaar te verdedigen op

dinsdag 16 december 2025
om 14.30 uur precies

door

Inge Anna Hendrina Knippenberg
geboren op 18 maart 1988
te Baexem

Promotoren:

Prof. dr. D.L. Gerritsen
Prof. dr. J.J.D.M. van Lankveld, Open Universiteit

Copromotor:

Dr. R. Leontjevas

Manuscriptcommissie:

Prof. dr. A.E.M. Speckens (voorzitter)
Prof. dr. M. Smalbrugge, Amsterdam UMC
Prof. dr. P.J. de Jong, Rijksuniversiteit Groningen

Inleiding en doel van het proefschrift

Veel mensen in een woonzorghuis voelen zich somber of hebben een depressie. Dit heeft niet alleen invloed op hoe iemand zich voelt, maar beïnvloedt ook het welbevinden in brede zin en het dagelijks functioneren. Wat kunnen bewoners zelf doen om zich beter te voelen? En hoe kunnen naasten en zorgverleners (zorgmedewerkers en behandelaren) daarbij helpen? In dit proefschrift onderzoeken we hoe dit gedrag van bewoners, hun naasten en zorgverleners kan bijdragen aan een betere stemming van bewoners.

De studies in dit proefschrift laten zien welk gedrag hierbij kan helpen. Om dit gedrag te kunnen meten zijn vragenlijsten ontwikkeld. Ook zijn er computertaken gemaakt die meten hoe zorgmedewerkers onbewust denken over dat gedrag (houding) en of ze het zouden toepassen (motivatie).

Daarnaast is onderzocht of informatie over depressie bij een bewoner invloed heeft op zorgmedewerkers. Verandert hun onbewuste houding ten opzichte van dit gedrag, en de bereidheid om het toe te passen, als zij weten dat een bewoner zich somber voelt?

Tot slot bood de coronapandemie onverwacht de mogelijkheid om te verkennen of veranderingen in de omgeving invloed hebben op bewoners. Denk bijvoorbeeld aan minder geluid of minder bezoek. De vraag was of zulke veranderingen, volgens behandelaren, effect hadden op het gedrag en de stemming van bewoners.

Wat hebben we onderzocht en gevonden?

Deel 1: Gedrag en omgeving in een woonzorghuis

In het eerste deel van dit proefschrift is onderzocht welk gedrag van bewoners, naasten en zorgverleners kan bijdragen aan een betere stemming van bewoners. Ook is gekeken naar de invloed van de omgeving op het gedrag van bewoners.

Hoofdstuk 2 gaat over activiteiten die bewoners kunnen helpen zich beter te voelen. In dit onderzoek zijn bewoners drie keer gevraagd hoe ze zich voelden en welke activiteiten ze in de week ervoor hadden gedaan. Elke activiteit werd vervolgens beoordeeld op vijf eigenschappen, waarbij werd aangegeven in hoeverre de activiteit lichamelijke inspanning vroeg, creatief was, sociaal contact opleverde, aanzette tot nadenken en muzikaal was. De resultaten lieten zien dat bewoners zich minder somber voelden als ze meededen aan activiteiten die sociaal contact met zich meebrachten of die aanzetten tot nadenken.

Hoofdstuk 3 gaat in op gedrag dat volgens bewoners, naasten en zorgverleners kan bijdragen aan een betere stemming van bewoners. Het onderzoek richtte zich op hun ideeën en inschattingen over het gedrag van zowel bewoners zelf als van naasten en zorgverleners. Deelnemers noemden allerlei soorten gedrag en beoordeelden hoe effectief en haalbaar dat gedrag is. Volgens de deelnemers dragen bewoners vooral bij aan hun stemming door contact te hebben met anderen en door mee te doen aan activiteiten die zij leuk of waardevol vinden. Naasten en zorgverleners kunnen helpen door persoonlijke aandacht te geven, bewoners te stimuleren om actief te blijven, vriendelijk en positief te zijn, en te zorgen voor een gezellige, huiselijke sfeer.

Hoofdstuk 4 beschrijft hoe veranderingen in de omgeving tijdens de coronapandemie invloed hadden op het gedrag van bewoners. Door de coronamaatregelen waren er minder omgevingsgeluiden. Behandelaren gaven in een vragenlijst hun mening over de effecten hiervan. Volgens hen zorgde dit voor *meer* somber en passief gedrag bij bewoners. Tegelijkertijd zagen zij juist *minder* onrustig en psychotisch gedrag. Bij bewoners zonder dementie leek minder omgevingsgeluid te zorgen voor *méér* probleemgedrag. Bij bewoners met gevorderde dementie leek dit juist te zorgen voor *minder* probleemgedrag.

Deel 2: Het meten van gedrag en onbewuste houding en motivatie

Het tweede deel van dit proefschrift gaat over het meten van gedrag van bewoners en zorgmedewerkers dat kan bijdragen aan een betere stemming van bewoners. Dit hebben we op twee manieren gemeten: met vragenlijsten en met computertaken. De vragenlijsten meten gedrag waar mensen zich bewust van zijn. De computertaken geven informatie over de onbewuste houding en motivatie van zorgmedewerkers tegenover dit gedrag.

Hoofdstuk 5 gaat over de ontwikkeling van twee vragenlijsten: de *Actions to Improve Mood by Residents* (AIM-R, **Bijlage 1**) en de *Actions to Improve Mood by Caregivers* (AIM-C, **Bijlage 2**). De AIM-R brengt in kaart wat bewoners zelf doen om zich beter te voelen. De AIM-C gaat over gedrag van zorgmedewerkers dat kan bijdragen aan een betere stemming van bewoners. De vragenlijsten meten welk gedrag wordt toegepast, hoe vaak dat gebeurt en welk effect de invuller verwacht. Deze zijn samen met bewoners en zorgmedewerkers ontwikkeld en getest. De inhoud sloot goed aan bij de praktijk en de resultaten waren grotendeels hetzelfde wanneer de vragenlijst op een later moment opnieuw werd ingevuld. Tegelijkertijd vonden sommige mensen bepaalde vragen moeilijk te begrijpen. Ook bleek dat verschillende zorgmedewerkers het gedrag soms anders beoordeelden, waardoor de antwoorden niet altijd overeenkwamen. De vragenlijsten lijken bruikbaar in de praktijk, maar moeten nog verder verbeterd worden voordat ze breed ingezet kunnen worden.

Hoofdstuk 6 beschrijft de ontwikkeling van twee computertaken zogenoemde Impliciete Associatietaken (IATs). Deze taken meten onbewuste reacties van zorgmedewerkers op gedrag dat de stemming van bewoners kan verbeteren. De eerste taak heet *Valence towards Behaviors to improve resident Mood IAT* (VBM-IAT). Deze taak onderzoekt of zorgmedewerkers onbewust een positieve of negatieve houding hebben ten opzichte van dit gedrag. De tweede taak heet *Motivation for Behaviors to improve resident Mood IAT* (MBM-IAT). Deze taak kijkt of zorgmedewerkers onbewust meer of minder gemotiveerd zijn om dit gedrag toe te passen. De computertaken gaven bij herhaling niet altijd dezelfde uitkomsten. Ze lieten wel verbanden zien met eigenschappen van zorgmedewerkers, zoals hun betrokkenheid bij en houding tegenover depressie. Ondanks enkele beperkingen bieden deze computertaken een nieuwe manier om inzicht te krijgen in onbewuste denkprocessen die het gedrag van zorgmedewerkers kunnen beïnvloeden. In **Bijlage 3** staat uitgelegd wat deze computer taken inhouden.

Deel 3: De invloed van informatie over depressie op onbewuste houding en motivatie

In het derde deel onderzochten we of informatie over depressieve klachten of een depressiediagnose bij bewoners invloed heeft op de onbewuste houding en motivatie van zorgmedewerkers. Het gaat dan om houding en motivatie tegenover gedrag dat bewoners kan helpen zich beter te voelen.

Hoofdstuk 7 beschrijft een studie waarin zorgmedewerkers korte omschrijvingen van bewoners lazen. In sommige omschrijvingen stond dat de bewoner geen klachten had, in andere dat er sprake was van depressieve klachten. Soms stond er ook bij dat de bewoner een officiële diagnose depressie had. Daarna deden zij de twee computertaken uit **Hoofdstuk 6**.

De resultaten lieten zien dat zorgmedewerkers onbewust meer gemotiveerd leken om gedrag toe te passen dat bewoners kan helpen, als zij wisten dat een bewoner depressieve klachten had. Als er geen klachten werden genoemd, was de motivatie minder sterk. Of er sprake was van een officiële diagnose maakte hierbij geen verschil. De onbewuste houding van zorgmedewerkers bleef gelijk, ongeacht of in de informatie werd gesproken over depressieklachten of een diagnose.

Wat leren we hiervan?

De bevindingen uit dit proefschrift geven meer inzicht in gedrag dat invloed kan hebben op hoe bewoners in een woonzorghuis zich voelen. Sommige bewoners kunnen zelf iets doen om hun stemming te verbeteren, bijvoorbeeld door mee te doen aan activiteiten

die zij prettig of belangrijk vinden. Voor anderen is dit moeilijker. Dan zijn naasten en zorgverleners extra belangrijk.

Op basis van de resultaten lijken er drie soorten gedrag te zijn die kunnen bijdragen aan een betere stemming. Ten eerste lijkt *verbinding* belangrijk: sociaal contact en betekenisvolle activiteiten. Dat kan bijvoorbeeld gaan om contact met anderen, betrokkenheid bij de omgeving of verbinding met zichzelf – zoals even stilstaan bij hoe het gaat of tijd nemen voor rust. Ten tweede lijkt *mentale stimulatie* belangrijk. Denk aan activiteiten waarbij het denken van bewoners wordt gestimuleerd, zoals lezen, herinneringen ophalen of luisteren naar muziek. Tot slot kunnen activiteiten helpen die het *lichaam* stimuleren, bijvoorbeeld beweging, ontspanning of prikkels voor de zintuigen. Veel activiteiten raken meerdere van deze drie gebieden tegelijk.

Ook de omgeving lijkt een rol te spelen. Geluiden, inrichting en sfeer kunnen bijdragen aan hoe prettig bewoners zich voelen. Maar wat voor de één fijn is, kan voor een ander juist te veel zijn. Het is daarom belangrijk om goed te kijken wat past bij de individuele bewoner. Verschillende soorten woonomgevingen – rustig of juist activerend – kunnen daarbij mogelijk helpen.

Verder laat dit proefschrift zien dat zorgmedewerkers automatisch meer gemotiveerd lijken om helpend gedrag toe te passen als zij weten dat een bewoner zich somber voelt. Dat maakt het belangrijk om signalen van somberheid op tijd op te merken.

Wat betekent dit voor de praktijk?

De resultaten uit dit proefschrift kunnen helpen om de dagelijkse zorg in woonzorghuizen te verbeteren. Zorgmedewerkers spelen een belangrijke rol bij het opmerken, ondersteunen en stimuleren van gedrag dat bewoners kan helpen zich beter te voelen. Kleine dingen kunnen al verschil maken, zoals een vriendelijk praatje of samen een activiteit doen. Ook de omgeving – zoals geluid, sfeer en inrichting – kan invloed hebben op hoe iemand zich voelt. Het is belangrijk om te kijken wat een bewoner prettig vindt en wat past bij diens situatie. Tegelijkertijd blijft het belangrijk om steeds te beoordelen of aanvullende psychologische ondersteuning of medicatie nodig is.

De twee ontwikkelde vragenlijsten (AIM-R en AIM-C) kunnen helpen om inzicht te krijgen in gedrag dat de stemming van bewoners kan verbeteren. Ze kunnen ook helpen om hierover in gesprek te gaan, bijvoorbeeld in het zorgteam of met de bewoner. Zo kunnen zorgmedewerkers hun aanpak beter afstemmen op wat iemand nodig heeft.

Ook in opleidingen en cursussen voor zorgmedewerkers kunnen de resultaten van dit proefschrift een plek krijgen. Thema's zoals het herkennen van somberheid, het

bewust inzetten van helpend gedrag, en de invloed van de omgeving op hoe bewoners zich voelen verdienen hierin aandacht.

Wat kan er verder onderzocht worden?

Vervolgonderzoek is nodig om de meetinstrumenten verder te verbeteren, en om te kijken of ze goed werken bij verschillende groepen bewoners. Ook is meer kennis nodig over het effect van bepaald gedrag op de stemming van bewoners, zeker ook op langere termijn.

Daarnaast kan onderzocht worden hoe organisaties en beleid het toepassen van gedrag dat bijdraagt aan stemming kunnen stimuleren. Het kan ook waardevol zijn om de rol van naasten en medebewoners verder te onderzoeken. Verder is het interessant om ook vragenlijsten en computertaken te ontwikkelen voor andere doelgroepen, zoals naasten. Bij bewoners die moeite hebben met communicatie, bijvoorbeeld door gevorderde dementie, zou verkend kunnen worden of aangepaste computertaken, bijvoorbeeld varianten op de impliciete associatietaken, inzicht kunnen geven in hun wensen en behoeften.

Conclusie

Dit proefschrift geeft meer inzicht in gedrag dat kan bijdragen aan een betere stemming van bewoners in een woonzorghuis. Het laat zien welk gedrag mogelijk helpend is, welke rol bewoners, naasten, zorgverleners en de omgeving daarbij kunnen spelen, en hoe dit gedrag gemeten kan worden.

De bevindingen wijzen erop dat vooral verbinding, mentale stimulatie en lichamelijke activering helpend kunnen zijn. Zowel bewoners zelf als mensen in hun omgeving kunnen hieraan bijdragen. Ook suggereren de bevindingen dat zorgmedewerkers meer gemotiveerd lijken om helpend gedrag toe te passen als zij weten dat een bewoner zich somber voelt. Daarnaast komt naar voren dat omgevingsfactoren van invloed kunnen zijn op hoe bewoners zich voelen.

Hoewel het effect op de stemming van bewoners niet direct is onderzocht, bieden de ontwikkelde meetinstrumenten handvatten voor verder onderzoek en toepassing in de praktijk. Zo levert dit proefschrift nieuwe inzichten en praktische hulpmiddelen om het welbevinden van bewoners in een woonzorghuis te ondersteunen.



Bijlagen

ACTIES OM DE STEMMING VAN VERPLEEGHUISBEWONERS TE VERBETEREN

Vragenlijst voor bewoners

INSTRUCTIE

Deze vragenlijst bevat verschillende soorten activiteiten en hobby's, waar mensen plezier aan kunnen beleven. We willen graag weten hoe vaak u deze bezigheden **in een gemiddelde week** doet. Ook vragen we u of u er blij van wordt.

De vragenlijst bestaat uit verschillende onderwerpen. Het eerste onderwerp is lichaamsbeweging.

LICHAAMSBEWEGING

Omschrijving: Bezigheden gericht op **lichaamsbeweging**.

Voorbeelden:

- Wandelen, buiten of binnen (over de gang)
- Zittend bewegen
- Gymnastiek
- Beweeggroep
- Dansen
- Fietsen
- Biljarten
- *Of een andere bezigheid gericht op lichaamsbeweging*

Wat betreft lichaamsbeweging:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

CONTACT VIA AANRAKEN

Omschrijving: Bezigheden gericht op lichamelijk **contact via aanraken**.

Denk aan het aanraken van mensen, dieren of knuffelbeesten.

Voorbeelden:

- Iemand knuffelen/omhelzen
- Iemand een hand geven
- Dieren aaien
- Een (robot)knuffelbeest op schoot nemen
- *Of een andere bezigheid gericht op contact via aanraken*

Wat betreft contact via aanraken:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

VERZORGEN VAN UW UITERLIJK

Omschrijving: Bezigheden gericht op het **verzorgen van uw uiterlijk**.

Het gaat hierbij om extra dingen, dus **niet** om dagelijkse verzorging zoals wassen, aankleden en tandenpoetsen.

Voorbeelden:

- Naar de kapper gaan
- Voeten of handen laten verzorgen
- Mooi kleden
- Nieuwe kleding uitzoeken
- Dragen van sieraden
- Parfum of aftershave gebruiken
- *Of een andere bezigheid gericht op het verzorgen van uw uiterlijk*

Wat betreft het verzorgen van uw uiterlijk:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

TOT RUST KOMEN

Omschrijving: Bezigheden gericht op lichamelijk of geestelijk **tot rust komen** of ontspannen.

Het gaat hierbij **niet** om bijvoorbeeld een middagdutje doen.

Het gaat **wel** over **bewust iets doen** om tot rust te komen of te ontspannen.

Voorbeelden:

- Yoga of ontspanningsoefeningen
- Rustgevende muziek luisteren
- Op een waterbed liggen
- *Of een andere bezigheid gericht op tot rust komen*

Wat betreft bezigheden gericht op tot rust komen:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

GEZOND LEVEN

Omschrijving: Bezigheden gericht op **gezond leven**.

Voorbeelden:

- Gebruik maken van daglicht (bv. buiten zitten of bij het raam zitten)
- Raam openzetten
- Goede balans tussen actief zijn en rust nemen
- Gezond eten
- Op dezelfde tijden naar bed gaan en opstaan
- *Of een andere bezigheid gericht op gezond leven*

Wat betreft bezigheden gericht op gezond leven:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

Huishoudelijke bezigheden

Omschrijving: Bezigheden gericht op het **huishouden**.

Voorbeelden:

- Helpen met koken
- Afwassen, vaatwasser inruimen/inladen
- Was opvouwen
- Boodschappen doen
- *Of een andere bezigheid gericht op het huishouden*

Wat betreft huishoudelijke bezigheden:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

Iets maken

Omschrijving: Bezigheden gericht op **iets maken**.

Voorbeelden:

- Handwerken
- Bloemschikken
- Schilderen
- Kaarten maken
- Klussen
- Bakken
- Fotograferen
- *Of een andere bezigheid gericht op iets maken*

Wat betreft bezigheden gericht op iets maken:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

HERSENEN STIMULEREN

Omschrijving: Bezigheden gericht op **het stimuleren van uw hersenen**.

Voorbeelden:

- Lezen (boek, krant)
- Puzzelen
- Kaarten
- Schaken
- Spelletjes spelen
- Nieuws volgen
- Computeren (tablet, laptop)
- Meedoen aan kennisquiz
- *Of een andere bezigheid gericht op het stimuleren van de hersenen*

Wat betreft het stimuleren van uw hersenen:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

MUZIEK

Omschrijving: Bezigheden gericht op **muziek**.

Denk aan het maken van muziek of het met aandacht luisteren naar muziek.

Voorbeelden:

- Radio, cd's of lp's luisteren
- Zingen
- Een instrument bespelen
- Naar een concert gaan
- *Of een andere bezigheid gericht op muziek*

Wat betreft bezigheden gericht op muziek:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

EROPUIT GAAN

Omschrijving: Bezigheden gericht op **eropuit gaan**.

Voorbeelden:

- Naar stad/dorp
- Theater of museum
- Park of bos
- Restaurant, café, terras (van een verpleeghuis [woonzorgcentrum] of ergens anders)
- *Of een andere bezigheid gericht op eropuit gaan*

Wat betreft eropuit gaan:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

DIERBARE HERINNERINGEN

Omschrijving: Bezigheden gericht op **dierbare herinneringen** ophalen.

Voorbeelden:

- Foto's kijken
- Vertellen over vroeger
- Levensloop (memoires) opschrijven
- Herinneringen oproepen door bijvoorbeeld muziek, film of een boek
- Naar plaatsen gaan die herinneringen oproepen
- Hobby's of werkzaamheden van vroeger doen
- *Of een andere bezigheid gericht op dierbare herinneringen*

Wat betreft dierbare herinneringen ophalen:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

ZINTUIGEN STIMULEREN

Omschrijving: Bezigheden gericht op het bewust **stimuleren van uw zintuigen**: zien, horen, ruiken, voelen en proeven.

Het gaat hier **niet** over muziek luisteren of contact maken via aanraken.

Voorbeelden:

- Luisteren naar natuurgeluiden
- Voelen aan stoffen en materialen
- Meedoen aan proeverij
- Geurstokjes gebruiken
- *Of een andere bezigheid gericht op het stimuleren van de zintuigen*

Wat betreft het stimuleren van uw zintuigen:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

CONTACT MET ANDEREN

Omschrijving: Bezigheden gericht op sociaal **contact met anderen**.

Denk aan familie, vrienden, medebewoners, medewerkers, vrijwilligers.

Voorbeelden:

- Samen koffiedrinken
- Praatje maken
- Samen wandelen
- Bezoek uitnodigen of op bezoek gaan
- Kaartje sturen
- Bellen
- *Of een andere bezigheid gericht op contact met anderen*

Wat betreft contact met anderen:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

NATUUR

Omschrijving: Bezigheden gericht op de **natuur**.

Denk aan bezigheden **binnen** en **buiten** een verpleeghuis (woonzorgcentrum).

Voorbeelden:

- Buiten wandelen
- Buiten zitten (op het balkon)
- Tuinieren
- Naar tuin, bos of park gaan
- Bloemen of planten verzorgen
- Luisteren naar natuurgeluiden of een natuurfilm kijken
- Contact met (huis)dieren
- *Of een andere bezigheid gericht op de natuur*

Wat betreft bezigheden gericht op de natuur:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

GELOOF EN ZINGEVING

Omschrijving: Bezigheden gericht op **geloof en zingeving**.

Voorbeelden:

- Bidden
- Naar een gebedsruimte gaan
- Praten met een geestelijk verzorger
- Praten over het geloof
- Praten over levensvragen
- *Of een andere bezigheid gericht op geloof of zingeving*

Wat betreft bezigheden gericht op geloof en zingeving:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

IETS VOOR EEN ANDER DOEN

Omschrijving: Bezigheden gericht op bewust **iets voor een ander doen**.

Denk aan praktische bezigheden **binnen** en **buiten** een verpleeghuis (woonzorgcentrum).

Voorbeelden:

- Meehelpen met tafel dekken of koken
- Andere bewoners helpen met eten of ze ergens naartoe brengen
- Lid van de cliëntenraad/bewonersraad zijn
- Bij een vereniging zijn
- Vrijwilligerswerk doen
- *Of een andere bezigheid gericht op iets voor een ander doen*

Wat betreft iets voor een ander doen:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

GEBORGENHEID EN WARMTE

Omschrijving: Bezigheden gericht op **geborgenheid en warmte**.

Denk aan het bieden van geborgenheid of warmte aan familie, vrienden, medebewoners, medewerkers of vrijwilligers.

Voorbeelden:

- Anderen geruststellen, troosten, of steunen
- Aandacht hebben voor problemen van anderen
- Aandacht hebben voor belangrijke gebeurtenissen van anderen (bv. zwangerschap, bruiloft, vakantie)
- Aandacht hebben voor interesses of bezigheden van anderen
- Een knuffel/omhelzing geven
- *Of een andere bezigheid gericht op geborgenheid en warmte*

Wat betreft bezigheden gericht op geborgenheid en warmte:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

POSITIEVE HOUDING

Omschrijving: Bezigheden gericht op een **positieve houding**.

Voorbeelden:

- Complimenten geven
- Humor gebruiken (een grap maken)
- De dag opstarten met een leuke activiteit
- Anderen begroeten op de gang
- *Of een andere bezigheid gericht op een positieve houding*

Wat betreft bezigheden gericht op een positieve houding:

1. Hoe vaak doet u dit in een gemiddelde week?

- ☐ Nooit
- ☐ Soms
- ☐ Regelmatig
- ☐ Vaak
- ☐ Heel vaak

2. Als u dit doet (of zou doen), wordt u hier blij van?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, een beetje blij
- ☐ Ja, heel blij

Bijlage 2. Actions to Improve Mood by Residents inventory (AIM-R)

ACTIES OM DE STEMMING VAN VERPLEEGHUISBEWONERS TE VERBETEREN

Vragenlijst voor zorgmedewerkers

INSTRUCTIE

Deze vragenlijst bevat verschillende acties die de stemming van bewoners in een verpleeghuis (of woonzorgcentrum) kunnen beïnvloeden. U en uw collega's kunnen hier een belangrijke bijdrage aan leveren. Met uw collega's bedoelen we hier **verzorgenden en verpleegkundigen**.

In deze vragenlijst gaat het niet om de vraag of er activiteiten, in een dagprogramma, ingepland zijn voor een bewoner, maar in hoeverre u en uw collega's de bewoners helpen om dingen te ondernemen. Dit gaat over stimuleren, bijvoorbeeld de bewoner enthousiast maken voor een groepsactiviteit, en over samen dingen doen, zoals samen een kopje koffiedrinken.

Neem in gedachten één specifieke bewoner waarvoor u deze vragenlijst invult. We willen graag weten, hoe vaak u of uw zorgcollega's **in een gemiddelde week** deze handelingen doen voor deze bewoner. U mag hiervoor een inschatting maken. Ook vragen we hoe blij de bewoner hiervan wordt.

De vragenlijst bestaat uit 18 verschillende onderwerpen. Het eerste onderwerp is lichaamsbeweging.

LICHAAMSBEWEGING

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op **lichaamsbeweging**.

Voorbeelden:

- Samen wandelen, buiten of binnen (over de gang)
- Uitnodigen een dansje te doen
- Stimuleren om zelf (zittend) te bewegen
- Zelf boterham laten smeren of samen een huishoudelijke klus doen
- Enthousiast maken voor een beweegactiviteit
- *Of een andere handeling gericht op het stimuleren van lichaamsbeweging*

Wat betreft het stimuleren van lichaamsbeweging:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

CONTACT VIA AANRAKEN

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op lichamelijk **contact via aanraken**.

Voorbeelden:

- De bewoner knuffelen/omhelzen
- Hand vasthouden of hand op de schouder leggen (hand)massage geven
- Dieren laten aaien
- Een (robot)knuffelbeest geven
- *Of een andere handeling gericht op het stimuleren van contact via aanraken*

Wat betreft het stimuleren van contact via aanraken:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

UITERLIJKE VERZORGING

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op **uiterlijke verzorging**.

Het gaat hierbij om extra dingen, dus **niet** om reguliere dagelijkse verzorging zoals wassen, aankleden en tandenpoetsen.

Voorbeelden:

- Samen kleding uitzoeken
- Een compliment maken over kleding of kapsel
- De bewoner in de spiegel laten kijken
- Nagels lakken of make-up opdoen
- *Of een andere handeling gericht op het stimuleren van uiterlijke verzorging*

Wat betreft het stimuleren van uiterlijke verzorging:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

TOT RUST KOMEN

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op lichamelijk of geestelijk **tot rust komen** of ontspannen.

Het gaat hierbij **niet** om bijvoorbeeld het stimuleren een middagdutje te doen. Het gaat **wel** over **bewust iets doen** om tot rust te komen of te ontspannen.

Voorbeelden:

- Rustgevende muziek aanzetten
- De bewoner naar een rustige plek brengen
- Een ontspanningsoefening voordoen
- Waterbed gebruiken
- Storende prikkels wegnemen
- *Of een andere handeling gericht op het stimuleren van bezigheden gericht op tot rust komen*

Wat betreft het stimuleren van bezigheden gericht op tot rust komen:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

GEZOND LEVEN

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op **gezond leven**.

Voorbeelden:

- Gebruik maken van daglicht (bv. samen naar buiten gaan of de bewoner bij het raam laten zitten)
- Raam openzetten
- Zorgen voor balans tussen actief zijn en rust nemen
- Stimuleren van gezond eten (bv. fruitschaal op tafel zetten)
- Of een andere handeling gericht op het stimuleren van bezigheden gericht op gezond leven

Wat betreft het stimuleren van bezigheden gericht op gezond leven:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

HUISHOUDELIJKE BEZIGHEDEN

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op het **huishouden**.

Voorbeelden:

- Vragen of bewoner meehelpt met koken, tafel dekken, afwassen of de vaatwasser inruimen/inladen
- Samen het bed opmaken
- Zelf was laten opvouwen
- Of een andere handeling gericht op het stimuleren van huishoudelijke bezigheden

Wat betreft het stimuleren van bezigheden gericht op het huishouden:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

IETS MAKEN

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op **iets maken**.

Voorbeelden:

- Samen knutselen, bloemschikken, schilderen, kaarten maken
- Vragen om te helpen met bakken
- Een klusje laten doen
- Stimuleren om zelf een creatieve activiteit of hobby te doen
- Compliment maken over gemaakt schilderij of bloemstuk
- Breinaalden en breigaren op tafel leggen
- Of een andere handeling gericht op het stimuleren van bezigheden gericht op iets maken

Wat betreft het stimuleren van bezigheden gericht op iets maken:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

HERSENEN STIMULEREN

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op **het stimuleren van de hersenen**.

Voorbeelden:

- Een spelletje spelen, samen kaarten
- Nieuws voorlezen of bespreken
- Quiz organiseren
- Puzzels of tijdschriften op tafel leggen
- Samen computeren (tablet, laptop)
- Of een andere handeling gericht op het stimuleren van de hersenen

Wat betreft het stimuleren van de hersenen:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

MUZIEK

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op **muziek**.

Denk aan het maken van muziek of het met aandacht luisteren naar muziek.

Voorbeelden:

- Radio, cd, lp of muziekvideo (dvd) aanzetten
- Liedje zingen
- Samen muziek maken
- Vragen naar favoriete muziek
- *Of een andere handeling gericht op het stimuleren van bezigheden gericht op muziek*

Wat betreft het stimuleren van bezigheden gericht op muziek:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

EROPUIT GAAN

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op **eropuit gaan**.

Voorbeelden:

- Samen naar stad/dorp gaan
- Samen een ijsje gaan eten of drankje nuttigen
- Stimuleren om mee te gaan naar tuin of park (van een verpleeghuis [woonzorgcentrum] of ergens anders)
- Stimuleren om zelf eropuit te gaan
- Regelen dat de bewoner met iemand anders eropuit kan gaan
- *Of een andere handeling gericht op het stimuleren van eropuit gaan*

Wat betreft het stimuleren van eropuit gaan:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

DIERBARE HERINNERINGEN

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op **dierbare herinneringen**.

Voorbeelden:

- Samen foto's kijken
- Gesprekje beginnen over een foto op de kamer van de bewoner
- Herinneringen oproepen door bv. muziek, film of een boek
- Vragen naar gebeurtenissen van vroeger (bv. het gezin, werk of hobby's, hoe feestdagen werden gevierd)
- Bewoners met een vergelijkbare levensgeschiedenis bij elkaar brengen
- Herkenbare voorwerpen van vroeger laten zien of op tafel leggen
- *Of een andere handeling gericht op het stimuleren van dierbare herinneringen*

Wat betreft het stimuleren van dierbare herinneringen:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

ZINTUIGEN STIMULEREN

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op het bewust **stimuleren van de zintuigen**: zien, horen, ruiken, voelen en proeven.

Het gaat hierbij **niet** over muziek luisteren of contact maken via aanraken.

Voorbeelden:

- Snoezelen of tovertafel
- Iets laten proeven
- Laten voelen aan stoffen of materialen
- Geurstokjes gebruiken
- Natuurgeluiden aanzetten
- *Of een andere handeling gericht op het stimuleren van de zintuigen*

Wat betreft het stimuleren van de zintuigen:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

CONTACT MET ANDEREN

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op sociaal **contact met anderen**.

Denk aan familie, vrienden, medebewoners, medewerkers, vrijwilligers.

Voorbeelden:

- Samen koffiedrinken
- Praatje maken of samen de dag doornemen
- Bewoners met dezelfde interesses naast elkaar laten zitten
- Bewoner en familie helpen met elkaar te praten
- Helpen met het schrijven van kaarten
- Helpen met (beeld)bell
- Gezellige zitjes maken (bv. zithoek, gezellige aankleding)
- Of een andere handeling gericht op het stimuleren van contact met anderen

Wat betreft het stimuleren van contact met anderen:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
O	O	O	O	O

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
O	O	O

NATUUR

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op de **natuur**.

Denk aan bezigheden **binnen** en **buiten** een verpleeghuis (woonzorgcentrum).

Voorbeelden:

- Vragen om mee te helpen met tuinieren of planten verzorgen
- Samen buiten wandelen of op het balkon gaan zitten
- Stimuleren om naar tuin, bos, dierenweide of park te gaan
- Natuurgeluiden laten horen
- (kunst)bloemen of planten in de gang zetten
- Foto's of filmpjes van de natuur laten zien
- De bewoner bij het raam laten zitten
- Of een andere handeling gericht op het stimuleren van bezigheden gericht op de natuur

Wat betreft het stimuleren van bezigheden gericht op de natuur:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
O	O	O	O	O

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
O	O	O

GELOOF EN ZINGEVING

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op **geloof en zingeving**.

Voorbeelden:

- Praten over het geloof
- Praten over levensvragen
- Stimuleren van contact met een geestelijk verzorger
- Stimuleren om naar gebedsruimte te gaan
- Of een andere handeling gericht op het stimuleren van bezigheden gericht op geloof en zingeving

Wat betreft het stimuleren van bezigheden gericht op geloof en zingeving:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
O	O	O	O	O

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
O	O	O

IETS VOOR EEN ANDER DOEN

Omschrijving: De bewoner stimuleren bij, of het samen doen van bezigheden gericht op **iets voor een ander doen**.

Denk aan praktische bezigheden **binnen** en **buiten** een verpleeghuis (woonzorgcentrum).

Voorbeelden:

- Vragen of de bewoner ergens mee wil helpen (bv. tafel dekken, koken)
- Vragen of de bewoner een andere bewoner wil helpen (bv. met eten, hem/haar ergens naartoe brengen)
- Vragen of de bewoner een klusje voor je wil doen
- Of een andere handeling gericht op het stimuleren van iets voor een ander doen

Wat betreft het stimuleren van iets voor een ander doen:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
O	O	O	O	O

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
O	O	O

GEBORGENHEID EN WARMTE

Omschrijving: Handelingen gericht op geborgenheid en warmte.

Denk aan het bieden van geborgenheid of warmte aan de bewoner of de bewoner stimuleren om anderen te steunen.

Voorbeelden:

- De bewoner geruststellen, troosten of instoppen
- Aandacht hebben voor zorgen of angsten
- Een knuffel/omhelzing geven
- Kruik of pittenzak aanbieden
- Vragen of de bewoner een andere bewoner een hart onder de riem wil steken
- Of een andere handeling gericht op geborgenheid en warmte

Wat betreft handelingen gericht op geborgenheid en warmte:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

POSITIEVE HOUDING

Omschrijving: Handelingen gericht op een positieve houding.

Voorbeelden:

- Compliment geven
- Humor gebruiken (een grap maken)
- De dag opstarten met een leuke activiteit
- De bewoner begroeten op de gang
- Benoemen wat goed gaat
- Plezierige gebeurtenissen delen
- Of een andere handeling gericht op een positieve houding

Wat betreft handelingen gericht op een positieve houding:

1. Hoe vaak doen u of uw zorgcollega's dit in een gemiddelde week?

Nooit	Soms	Regelmatig	Vaak	Heel vaak
☐	☐	☐	☐	☐

2. Als dit gebeurt (of zou gebeuren), wordt de bewoner hier blij van?

Nee	Ja, een beetje blij	Ja, heel blij
☐	☐	☐

Bijlage 3. Impliciete Associatietaken

Wat zijn Impliciete Associatietaken?

Impliciete Associatietaken (IATs) zijn computertaken die gebruikt worden in psychologisch onderzoek. Ze laten zien wat je onbewust denkt of voelt over iets of iemand. Op het beeldscherm verschijnen woorden of plaatjes, één voor één. Deze horen bij verschillende groepen, zoals “positief” en “negatief” of “mijzelf” en “anderen”. De namen van de groepen staan links en rechts bovenin het scherm. Je moet elk woord of plaatje snel indelen door op de bijbehorende toets te drukken. Soms worden twee groepen aan één kant gecombineerd, zoals “mijzelf” en “positief”.

Door te meten hoe snel je reageert bij verschillende combinaties, kan worden ingeschat welke verbanden in je hoofd sterker zijn. Als je bijvoorbeeld sneller reageert bij “mezelf + positief” dan bij “mijzelf + negatief”, kan dat wijzen op een positieve associatie met jezelf.

De IATs in dit proefschrift

De IATs in dit proefschrift meten wat zorgmedewerkers onbewust denken of voelen over gedrag dat bewoners kan helpen zich beter te voelen. Denk aan gedrag zoals samen naar buiten gaan of herinneringen ophalen.

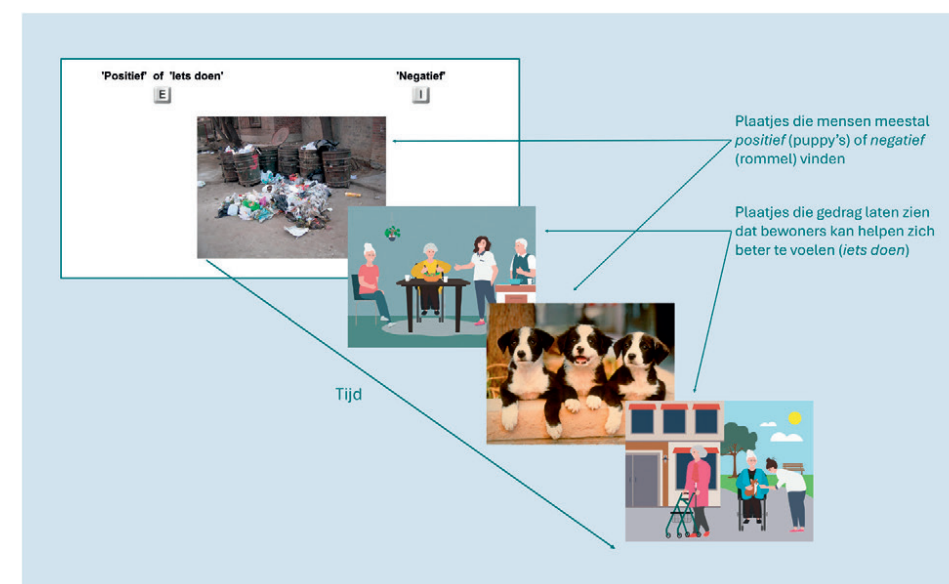
Er zijn twee IATs ontwikkeld:

- **Valence towards Behaviors to improve resident Mood IAT (VBM-IAT)**
Deze taak meet of zorgmedewerkers onbewust **positief** of **negatief** denken over dit gedrag. Op het scherm verschijnen afwisselend plaatjes van het gedrag (iets doen) en beelden die mensen meestal positief (zoals puppy’s) of negatief (zoals rommel) ervaren. Door te meten hoe snel iemand reageert bij de combinaties “positief + iets doen” en “negatief + iets doen”, kan worden ingeschat welk verband sterker is.
- **Motivation for Behaviors to improve resident Mood IAT (MBM-IAT)**
Deze taak kijkt of zorgmedewerkers onbewust **wel** of **niet** gemotiveerd zijn om dit gedrag te doen. Dezelfde plaatjes worden gebruikt, maar nu met andere groepnamen: “wil ik” en “wil ik niet”. Snellere reacties bij “wil ik + iets doen” dan bij “wil ik niet + iets doen” wijzen op een sterkere onbewuste motivatie.

Figuur 1 toont de plaatjes van gedrag van zorgmedewerkers dat bewoners kan helpen zich beter te voelen. Zie **Figuur 2** voor een visuele weergave van de VBM-IAT.



Figuur 1. Plaatjes van gedrag van zorgmedewerkers dat bewoners kan helpen zich beter te voelen.



Figuur 2. Visuele weergave van de VBM-IAT.

