

F. Ecogram

Sociale netwerk in kaart met ecogram

Een ecogram laat in één oogopslag de omvang van het netwerk zien, wat belangrijke contacten zijn en wat de aard van het contact is.

Een ecogram maak je in zeven stappen:

- Teken een cirkel in het hart van het schema
- Zet de naam van de cliënt in de cirkel
- Teken cirkels eromheen
- Vul de persoonlijke contacten van de cliënt in
- Zet contacten uit dezelfde groep (bijvoorbeeld gezin) bij elkaar
- Trek een pijl van cliënt naar contact en andersom
- Vul de aard van het contact in zoals gezelschap, advies, informatie, praktische of emotionele steun

Gebruik voor het invullen van het ecogram de hulpvragen hieronder.

Voorbeeldvragen bij het maken van een ecogram

- Met wie praat u als u het moeilijk heeft?
- 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 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?



Gezin (G)

Bij ouderen gaat het dan meestal om broers en zusters.

Overige familie (F)

Dit zijn (klein-)kinderen, zwagers, schoonzussen, neven en nichten.

Vrienden (V)

Het contact is van persoonlijke en emotionele aard en kan een belangrijke steun zijn.

Kennissen (K)

Kennissen, (oude) burens, (oud) collega's, vrijwilligers, maatjes. Het contact is van sociale aard, maar misschien minder persoonlijk en emotioneel van aard dan bij vrienden.

Medebewoners (B)

Directe burens, gang- of huiskamergenoten waarmee men een band ervaart.

Zorgverleners (Z)

Zorgverleners, of andere beroepskrachten zoals verpleegkundigen, artsen, therapeut, dominee/pastoor.

P = praktische steun

G = gezelschap

A = advies en uitwisselen informatie

E = emotionele steun

ECOGRAM OM ZELF IN TE VULLEN

Op de volgende pagina vind je een ecogram om zelf in te vullen.

Breng het sociale netwerk in kaart met het ecogram.



Het gele rondje geeft de relatie aan:

B = Broer

Z = Zus

D = Dochter

Zn = Zoon

N = Neef

Ni = Nicht

Bm = Buurman

Bv = Buurvrouw

Kd = Kleindochter

Kz = Kleinzoon

K = Kennis

ZV = Zorgverlener (arts, therapeut enz)



Het oranje rondje geeft de rol aan:

G = Gezelschap (gesprek, spelletje)

A = Actief (wandelen, erop uit, enz)

P = Praktische steun

E = Emotionele steun



Het rode rondje geeft de 1ste contactpersoon
of vertegenwoordiger aan

INSPIRATIE

www.waardigheidentrots.nl/tools/sociale-netwerk-in-kaart-met-een-ecogram

TIPS

Maak er een echt gesprek van en geen invuloefening. Of laat het de naasten zelf invullen. Breng het sociale netwerk in kaart: Kijk breder dan de eerste contactpersoon!

