



Handout

Praten over de gezondheidsgerelateerde
kwaliteit van leven van kinderen met
overgewicht of obesitas



kind naar
gezonder gewicht

Care for Obesity



Hoe bespreek je de uitkomsten van de vragenlijsten IWQOL-Kids en PedsQL 4.0 met kinderen en/of ouders en welke acties onderneem je? Deze handout helpt je op weg. Je kunt dit hulpmiddel bij de hand houden tijdens het gesprek.

Doel van het gesprek

Je wilt:

- een aanvullend beeld krijgen van het algeheel functioneren van het kind;
 - nagaan of de uitkomsten kloppen met de beleving van kind en/of ouder;
 - achterhalen op welke levensdomeinen het goed gaat met het kind;
 - achterhalen of het kind problemen ervaart, op welke levensdomeinen de problemen zich voordoen en of de problemen gerelateerd zijn aan het gewicht;
 - onderwerpen bespreken die in een regulier gesprek minder gauw ter sprake komen;
 - achterhalen of kind en gezin ondersteuning en/of zorg nodig hebben en of zij hiervoor openstaan;
- Dit zodat je de uitkomsten kan meenemen in een plan van aanpak.

Als je al verder bent in het proces - zo rond stap 5 en 6 in het landelijk model ketenaanpak voor kinderen met overgewicht en obesitas - kun je in dit gesprek evalueren of de ondersteuning of zorg een positief effect hebben op de gezondheidsgerelateerde kwaliteit van leven.

Het gesprek

Kijk voordat je begint (al dan niet in bijzijn van kind en/of ouders) naar de antwoorden op de afzonderlijke vragen en naar de scores, en bepaal wat je gaat bespreken. Begin met de onderwerpen die het kind of de ouder graag wil toelichten. Vervolgens besteed je aandacht aan de opvallende scores: antwoorden waaruit blijkt dat het goed gaat, antwoorden die zorgwekkend zijn én antwoorden die eruit springen ook al is de score niet zorgwekkend (bijvoorbeeld omdat je iets anders had verwacht).

Als je het gesprek met de ouder en niet met het kind voert, pas dan de formulering van de onderstaande suggesties daarop aan.

Vragen bij de start van het gesprek

- Hoe vond je het om de lijst in te vullen?
- Ik wil graag de uitkomst even met je bespreken zodat ik beter begrijp hoe het met je gaat en of jij vindt dat de uitkomst klopt. Over welke antwoorden op de vragenlijst wil jij het graag hebben? Wat vind jij het belangrijkste?
- Als ik zo naar je antwoorden kijk, lijkt het of het *lichamelijk / met je stemming / thuis / op school* goed gaat. Klopt dat? Hoe komt dat?
- Ik zie ook dat je antwoorden op het onderdeel *lichamelijk / je stemming / thuis / op school* minder positief zijn. Klopt dat? Hoe komt dat?

Algemene vragen bij het bespreken van de diverse domeinen van de vragenlijsten

- Je hebt hier gezegd dat ... Klopt dat?
- Hoe komt het dat je dit antwoord hebt gegeven?
- Herken je je hierin? Zo ja, hoe precies? / Zo nee, waar zit het verschil?
- Kun je een voorbeeld geven?
- Ik probeer het goed te begrijpen, kun je er iets meer over vertellen?
- Op welke manier speelt je gewicht een rol in ...
- Hoe houd je het vol? Wat heeft je er tot nu toe doorheen geholpen?

- Wanneer voel je je prettiger?
- Met wie bespreek je dit? Bij wie kun je terecht?
- Maak je je hier zorgen over?
- Wat zou je willen? Wat zou je fijn vinden?
- Wat heb je nodig? Waar heb je behoefte aan?
- Hoe kunnen we jou hier zo goed mogelijk bij helpen?
- Wat voor hulp heb je hierbij (gehad)? Wat hielp goed?
- Wat doe jij zelf dat helpt?
- Vanaf wanneer speelt dit?

Vragen bij de afsluiting

We hebben het over verschillende dingen gehad. Je geeft aan dat je tevreden bent over hoe het *lichamelijk / met je stemming / thuis / op school* met je gaat (*benoem hier wat het kind zélf doet waardoor het goed gaat*). Er zijn een paar dingen waar jij en ik ons (een beetje) zorgen over maken (*benoem de onderwerpen*).

- Wat kun jij zelf doen zodat het weer beter gaat?
- Welke extra hulp zouden je fijn vinden?
- Wat zou je het meeste helpen op dit moment?
- Wat kan ik hierin betekenen?
- Hoe vond je het om het hier zo over te hebben?

Acties per domein

De IWQOL-Kids en de PedsQL 4.0 bestaan uit een aantal verschillende domeinen, zoals te zien is op de vragenlijst en op de uitkomst. Voor alle domeinen geldt: ga op zoek naar concrete aanknopingspunten die je mee kunt nemen in jullie plan van aanpak. Ook voor de domeinen waarop het goed gaat. Vaak zijn dat de domeinen waarin je beschermende factoren en buffers kunt vinden die het kind kunnen helpen stressfactoren op andere domeinen het hoofd te bieden. Denk bijvoorbeeld aan eigenschappen van het kind of de ouders zelf of aan externe hulpbronnen zoals bijvoorbeeld een clubje waar het kind naar toe gaat of eventuele grootouders. Vraag voor welke hulp ouder en kind openstaan.

Domeinen 'Lichamelijk ongemak' (IWQOL-Kids en PedsQL 4.0 ouerversie) en 'Gezondheid' (PedsQL 4.0 kindversie)

Geeft aan: of en in welke mate het kind fysieke problemen ervaart in algemene zin (PedsQL 4.0) of gerelateerd aan zijn of haar gewicht (IWQOL-Kids).

Acties: Als een kind fysieke problemen ervaart, kun je het doorverwijzen naar gespecialiseerde hulp voor aanvullende diagnostiek of zorg. Denk bijvoorbeeld aan de (kinder)fysiotherapeut, jeugdarts, kinderarts of huisarts. Je kunt ook binnen je team bespreken welke andere acties nodig zijn. Vraag bij de PedsQL 4.0 na of de problemen gerelateerd zijn aan het gewicht of dat er andere problemen spelen.

Domeinen 'Mijn Lichaam' (IWQOL-Kids), 'Gevoelens' (PedsqQL 4.0 kindversie) en 'Emotioneel' (PedsQL 4.0 ouerversie)

Geeft aan: in hoeverre het kind (te) veel bezig is met gewicht, uiterlijk en gevoelens over zichzelf en het eigen lichaam (IWQOL-Kids) en of er een indicatie is van een verminderde stemming, angst of onzekerheid (PedsQL 4.0).

Acties: Als een kind aangeeft somber of angstig te zijn of een verminderd zelfbeeld heeft, kun je benoemen dat je dit zorgelijk vindt en waarom. Vertel dat je graag wilt helpen bij het vinden van een vervolgstap. Overweeg het kind door te verwijzen naar gespecialiseerde hulp voor aanvullende diagnostiek of zorg, zoals een psycholoog of (ortho)pedagoog. Aanvullende vragenlijsten over angst, somberheid of paniek kunnen ondersteunend zijn. Bespreek binnen je team welke andere acties nodig zijn.

Domeinen 'Mijn omgeving' (IWQOL-Kids), 'Anderen' (PedsQL 4.0 kindversie) en 'Sociaal functioneren' (PedsQL 4.0 ouderversie)

Geeft aan: hoe de omgang met leeftijdgenoten is (PedsQL 4.0) en of het gewicht hier een rol in speelt (IWQOL-Kids).

Acties: Als een kind aangeeft sociaal hinder te ondervinden (eventueel als gevolg van het gewicht), overweeg dan een doorverwijzing naar gespecialiseerde hulp, zoals een psycholoog of (ortho)pedagoog. Je kunt ook contact opnemen met de leerkracht of intern begeleider op school (scholen beschikken over pestprotocollen) en binnen je team bespreken welke andere acties nodig zijn. Vraag of het kind of de ouder openstaat voor een training ter bevordering van bijvoorbeeld het zelfvertrouwen en de weerbaarheid.

Domein 'School' (PedsQL 4.0 kindversie) en 'Schoolfunctioneren' (PedsQL 4.0 ouderversie)

Geeft aan: of het kind problemen ervaart op school.

Acties: Als een kind aangeeft problemen op school te hebben, ga je op zoek naar de onderliggende redenen. Vraag of de problemen gerelateerd zijn aan het gewicht. Bekijk welke hulp een onderdeel kan vormen van het plan van aanpak, afhankelijk van de problemen. Overweeg een verwijzing naar gespecialiseerde hulp, zoals een psycholoog, of (ortho)pedagoog. Je kunt ook contact opnemen met de leerkracht of intern begeleider op school en binnen je team bespreken welke andere acties nodig zijn.

Domein 'Ons Gezin' (IWQOL-Kids)

Geeft aan: hoe het gezin of de familie mogelijk reageert op het gewicht van het kind en hoe het kind dit ervaart.

Acties: Als er problemen zijn op dit gebied kun je onderzoeken of het nuttig is een gesprek met het hele gezin te voeren. Bekijk of doorverwijzing naar gespecialiseerde hulp - zoals systeemtherapie - nodig is en bespreek binnen je team welke andere acties nodig zijn.

Deze handout is een hulpmiddel bij de [Handleiding Meten en bespreken van de kwaliteit van leven van kinderen met overgewicht en obesitas](#) (Care for Obesity, 2021). Zie de handleiding voor het volledige colofon.

© 2021 Stichting Vrije Universiteit Amsterdam