

Ervaringen van praktijkondersteuners met praatplaten over leefstijl

Praatplaten

Het lectoraat leefstijl en gezondheidsbevordering heeft 5 praatplaten gemaakt om het toepassen van methodieken voor gedragsverandering makkelijker te maken voor praktijkondersteuners. Ze zijn een aanvulling op gesprekstechnieken die al worden gebruikt.

In de praktijk

Wie: 7 praktijkondersteuners

Wanneer: okt – nov 2024

Wat: workshop – 4 weken toepassen praatplaten – groepsgesprek – optimaliseren praatplaten

Gebruik praatplaten

Toegepast door 7 deelnemers

Praatplaat	Totaal
Bewustwording creëren	34
Voor- en nadelenbalans	20
Persoonlijke waarden	15
Als-dan plan	15
Reminder	3



Positieve ervaringen

Helpt om bewuster methodieken in te zetten en zo gestructureerder te werken en aan te sluiten bij de patiënt.

Achterop staan handige gespreksvragen.

Geeft inzicht over gevolgen van gedrag en wat ze zelf kunnen doen bij de patiënt.

Gesprek loopt via praatplaat, waardoor minder direct. Werkt prettig bij patiënten met weerstand.

Andere manier van gespreksvoering is meerwaarde voor poh en patiënt.

Helpt om gesprek over leefstijl op gang te brengen, ook bij patiënten waarvan gedacht wordt dat ze al wel een goede leefstijl hebben.

Patiënten kunnen zelf aangeven waarover ze willen praten.

Meer tussenstapjes, daardoor meer bewustwording.

Praatplaat 'voor-en nadelen' helpt om afweging te maken wat zwaarder weegt.

Helpt om tot een concreet plan te komen. Daardoor worden patiënten enthousiast.

Past goed bij transitie naar persoonsgerichte zorg.

Uitdagingen

Toepassing voelt in het begin onwennig.

In het begin lastig in te schatten wanneer welke plaat te gebruiken.

Schrijven op praatplaat wordt soms schools of dwingend gezien door poh.

Sommige patiënten vinden het lastig zelf op ideeën te komen.

Methodiek 'waarden verhelderen' kan ook goed toegepast worden zonder praatplaat.

Lukt niet altijd om bewustwording tot stand te brengen

Behoeften

Meer tijd nodig om praatplaten eigen te maken.

Delen met collega's.

Conclusie

Praatplaten zijn een mooie aanvulling op het leefstijlgesprek. Om ze goed in te zetten is meer oefening nodig.

Hoe verder

Samen leren en implementeren: training, intervisie en toepassen in de praktijk.

Implementatievoucher aanvragen bij coalitie voor leefstijl in de zorg?

Ervaringen van verpleegkundig consulenten met praatplaten over leefstijl

Praatplaten

Het lectoraat leefstijl en gezondheidsbevordering heeft vijf praatplaten gemaakt om het toepassen van methodieken voor gedragsverandering makkelijker te maken voor verpleegkundigen. Ze zijn een aanvulling op gesprekstechnieken die al worden gebruikt.

Gebruik praatplaten

Toegepast door 6 deelnemers

Praatplaat	Totaal
Bewustwording	4
Voor- en nadelen	5
Persoonlijke waarden	7
Als-dan plan	10
Reminder	7

Uitdagingen

Ook met praatplaat kom je niet altijd tot gedragsverandering.

Nog geen natuurlijk onderdeel gesprek.

Minder geschikt voor telefonische consulten en aan het bed zorgmomenten.

Wisselende reacties van patiënten.

Patiënten vinden het soms lastig om met ideeën te komen en zijn meer afwachtend.

Behoeften

Meer oefening en scholing.

Collegiale uitwisseling en support.

Iemand mee laten kijken met gesprekken.

Als reminder op bureau zetten.

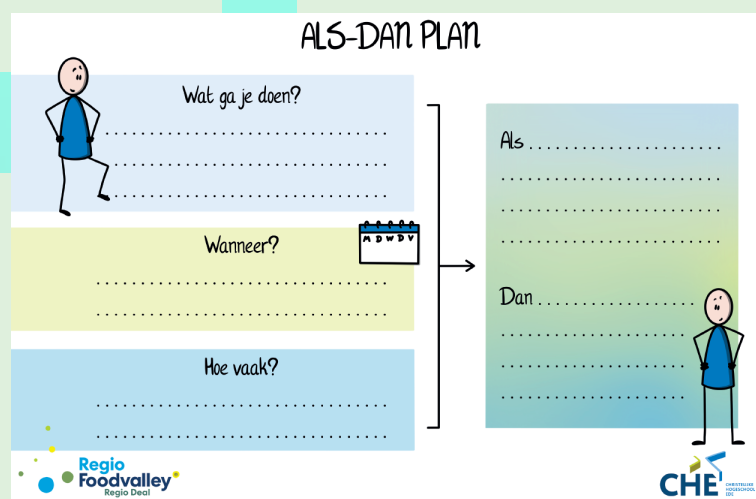
Op afdeling aan het bed is een poster handiger.

In de praktijk

Wie: zeven verpleegkundig consulenten en één leefstijlcoach

Wanneer: mei – juli 2024

Wat: workshop – 4 weken toepassen praatplaten – groepsgesprek – optimaliseren praatplaten



Positieve ervaringen

Helpt om methodieken voor gedragsverandering in te zetten.

Helpt om open vragen te stellen en te luisteren.

Geeft richting en diepte aan gesprek over leefstijl.

Zet patiënt aan tot nadenken, sommige patiënten komen zelf met ideeën.

Fijn in gebruik, visueel is waardevol.

Praatplaat 'Als-dan plan' helpt om tot haalbare, concrete plannen te komen.

Conclusie

Praatplaten zijn waardevolle aanvulling tijdens leefstijlgesprek. Voor verdere inbedding is behoefte aan meer oefening en scholing.

Hoe verder

Samen leren en implementeren: training, intervisie en toepassen in de praktijk.

Implementatievoucher aanvragen bij coalitie voor leefstijl in de zorg?