

Gesprekshandleiding samen beslissen

voor chronische zieken

De meeste cliënten willen meebeslissen over de zorg en de behandeling die zij ontvangen. Wilt u dat ook? Deze gesprekshandleiding helpt u bij een goede voorbereiding op het gesprek met uw zorgverlener.

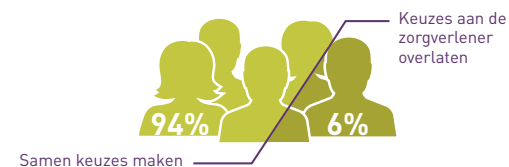
Hoe is dit voor u? Wilt u als cliënt meer samen met uw zorgverlener keuzes maken over de zorg en behandeling? Deze gesprekshandleiding biedt u aanknopingspunten en tips in 3 stappen:

1. Vóór het consult
2. Aan het begin van het consult
3. Aan het einde van het consult

Wilt u samen beslissen?

Beslis of u keuzes over de zorg en behandeling samen met uw zorgverlener wilt nemen, of wilt overlaten aan uw zorgverlener.

Bron: Meldactie Patiëntenfederatie Nederland



Wilt u meebeslissen? Neem dan samen de verschillende mogelijkheden door. En bespreek de voor- en nadelen.



Bepaal samen wat uw doelen worden.



1 Vóór het consult

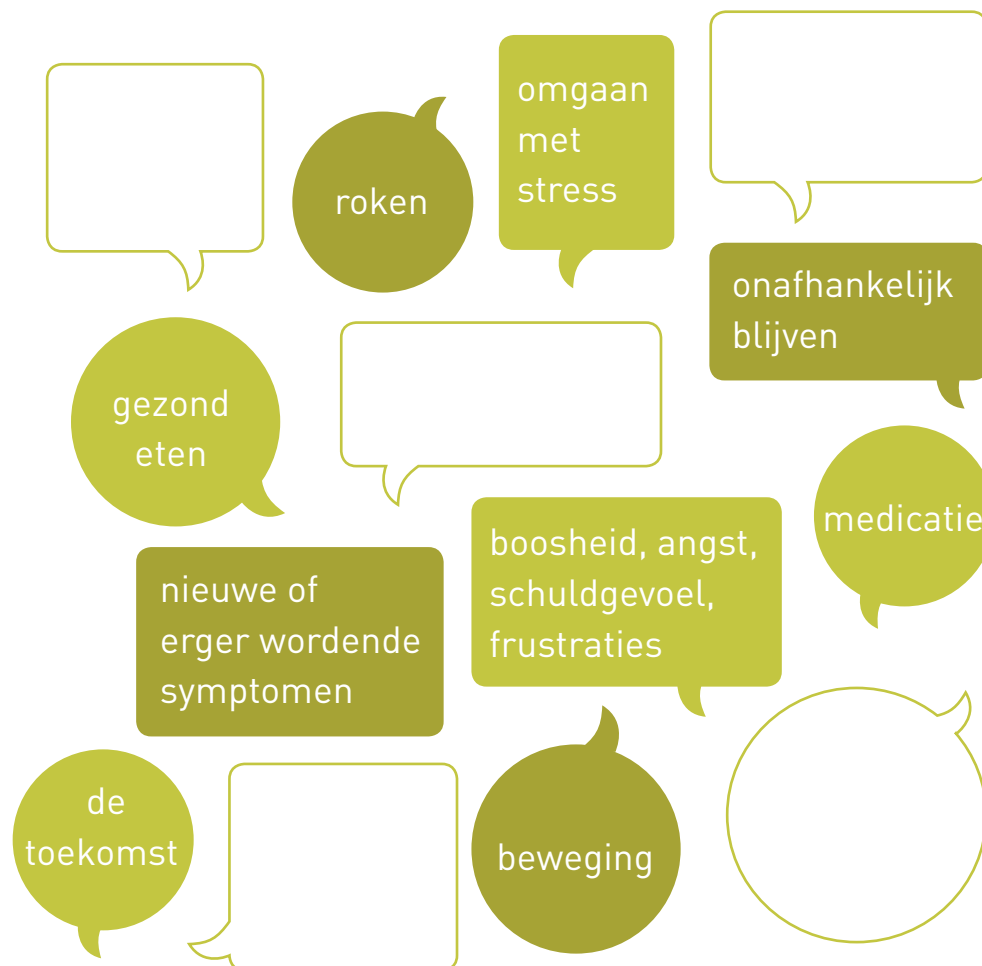
Wat wilt u bespreken met uw zorgverlener?

Tips

- Schrijf uw vragen en klachten op.
- Noteer welke medicijnen u gebruikt.
- Vraag een vriend(in) of familielid mee, als u dat prettig vindt of nodig heeft.
- Hiernaast staan voorbeelden van gespreksonderwerpen.

Voorbeelden van gespreksonderwerpen

In deze tekstballonnetjes staan onderwerpen die andere cliënten genoemd hebben als gespreksonderwerp voor het consult. Welke onderwerpen wilt u bespreken? Heeft u nog andere onderwerpen?



2 Tijdens het consult



Agenda bepalen

Aan het begin van het gesprek bepaalt u samen met uw zorgverlener welke punten jullie willen bespreken. Mochten er punten blijven liggen, vraag dan om een vervolgspraak.

- _____
- _____
- _____



Doelen en actieplan formuleren samen met uw zorgverlener

Bespreek uw doelen

Bespreek met uw zorgverlener wat voor u de komende periode belangrijk is. Wilt u bijvoorbeeld vooral betrouwbare informatie en een deskundig advies over uw behandeling? Of wilt u actief aan de slag om uw gezondheid te verbeteren?

Neem samen verschillende doelen en opties door. Laat u voorlichten over de voor- en nadelen en de resultaten van verschillende keuzes. Bedenk of alles duidelijk is. Heeft u meer informatie of bedenktijd nodig?

Tips

- Als u bepaalde woorden niet begrijpt, vraag om uitleg. Eventueel op papier, bijvoorbeeld met een tekening.
- Maak aantekeningen tijdens het gesprek of vraag een vriend of familielid om dit te doen.

Bepaal uw doelen

Bepaal samen met uw zorgverlener wat uw doel wordt. Als uw zorgverlener andere ideeën of voorkeuren heeft, ga hier dan over in gesprek. Weeg de keuzes tegen elkaar af en kijk of jullie tot een gezamenlijk besluit kunnen komen.

Leg uw doelen vast

Benoem uw doel(en) en leg ze eventueel op papier vast. Dat kan in het kader op de volgende pagina of met behulp van het formulier 'Doelen, acties en vervolgstappen' op pagina 5. Uw zorgverlener kan ze in uw dossier noteren. Mocht u een individueel zorgplan hebben, dan kunt u ook daarin de doelen en afspraken opschrijven.

Formulier

doelen, acties en vervolgstappen

Mijn doel / de gedrags- / gezondheidsverandering die ik in de komende 3 tot 6 maanden wil maken is:

Deze week / maand ga ik:

Wat ga ik hiervoor doen (bijvoorbeeld wandelen)?

Hoe belangrijk is het voor mij? (omcirkel)

Niet belangrijk 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Heel belangrijk

Hoe lang ga ik het doen? (Bijvoorbeeld 15 minuten) _____

Wanneer? (Bijvoorbeeld 's avonds) _____

Hoeveel keer per week? (Bijvoorbeeld 2x per week) _____

Hoeveel vertrouwen heb ik om dit doel te bereiken? (omcirkel)

Geen 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Volledig vertrouwen

Ik wil graag op een later moment de voortgang van dit doel bespreken.

Liefst op de volgende manier:

Per telefoon: ja / nee

Vervolgafspraak: ja / nee

Anders namelijk: _____

Wanneer? (omcirkel)

Over 1 week 2 weken 3 weken 1 maand 2 maanden 3 maanden