# Deskundigheidsbevordering

***PraktijkOndersteuners Huisartsenzorg-somatiek***

***Stoppen met Roken***



Henk-Willem Altena Tactus Training en Advies

1 november 2017

## Inleiding

### Aanleiding

Op verzoek van Thoon en FEA zijn er gesprekken geweest tussen vertegenwoordigers van THOON, FEA en Tactus Training & Advies, om de mogelijkheden te onderzoeken op het gebied van deskundigheidsbevordering voor POH-ers, op het gebied van Stoppen met Roken (SmR), te verzorgen door Tactus Verslavingszorg.

FEA en THOON hebben in hun onderwijsaanbod met regelmaat gebruik gemaakt van scholingen op gebied van verslavingsproblematiek, waar collega’s POH-somatiek op basis van inschrijving deelnemen. Er is echter geconstateerd dat er weinig bekend is over het resultaat van de interventies die de POH-somatiek doen op het gebied van begeleiding bij Stoppen met Roken. Daarbij is er bij POH-somatiek de behoefte om door concreet te oefenen in gespreksvoering hun competenties uit te breiden.

FEA heeft aangegeven begin 2018 te willen starten met een deskundigheidsbevordering voor POH-somatiek.

### Globaal voorstel

Er wordt gewerkt met een instapopdracht die aan de deelnemers wordt toegestuurd met de opdracht deze een week voor de bijeenkomst te beantwoorden. De vragen van de deelnemers POH- somatiek worden waar mogelijk meegenomen in de behandeling van de volgende hoofdonderdelen:

* verslaving als hersenziekte: DSM-5
* effecten en risico’s van roken
* het bespreekbaar maken van rookgedrag door aansluiten bij de patiënt in verschillende fasen van gedragsverandering met Motiverende Gespreksvoering
* methodieken van “Verslaving de Baas”
* practicum methodieken “Verslaving de Baas”
* practicum: oefening Motiverende Gespreksvoering

Het uitgangspunt is dat er zoveel mogelijk wordt aangesloten bij de actuele wijze van gespreksvoering door de deelnemers. Er wordt onderzocht hoe interventies meer succesvol kunnen zijn door in te zoomen op vaardigheden en attitudeaspecten (“de Spirit”) in het contact leggen met de patiënt en het onderhouden van het contact.

De deelnemersgroep bestaat uit 10-12 personen. Gezien de groepsgrootte zal er per hoofdonderwerp plenair informatie worden gegeven, afgewisseld met groepsoefeningen. Op deze wijze wordt zoveel mogelijk interactief gewerkt. De terugkoppeling van observaties en leerervaringen wordt centraal besproken, waardoor ook door observatie van anderen een breder leereffect ontstaat.

### Doelstelling

De PraktijkOndersteuner Huisartsenzorg – Somatiek kan na afloop van de scholing:

* benoemen wat verslaving als *hersenziekte* inhoudt en wat daarvan de consequenties zijn voor patiënt en omgeving
* enkele methodieken benoemen en hanteren bij niet-medicamenteuze interventies
* het nut van Motiverende Gespreksvoering verwoorden voor de patient en zichzelf benoemen
* leidende principes van Cognitieve Gedragsbeïnvloeding en Motiverende Gespreksvoering benoemen en deze praktisch integreren in het gebruik van niet-medicamenteuze interventies
* verwoorden waarom de kans op het gewenste gedrag bij de patiënt vele malen groter is wanneer hij/zij zelf aan de slag gaat met zelfgekozen argumenten voor verandering.
* aangeven of hij/zij nu beter in staat is een herstelproces richting te geven.

### Tijd en Plaats

De bijeenkomsten zijn gepland op:

* 13 maart 2018 18:00-21:30
* 27 maart 2018 18:00-21:30
* 4 april 2018 18:00-21:30
* 18 april 2018 18:00-21:30

Voorafgaand aan de bijeenkomsten is er de mogelijkheid iets te eten. Deelnemers worden vanaf

* 1. uur hiervoor uitgenodigd. Locatie:

### Van der Valk Hotel Hengelo

Bornsestraat 400

7556 BN Hengelo (Ov.) Tel 00 31 74 800 08 00

### Begeleiding

De avonden worden begeleid door Henk-Willem Altena, trainer/psycholoog bij Tactus Verslavingszorg.

### Programma

De deskundigheidsbevordering bestaat uit 4 bijeenkomsten. De volgende onderwerpen komen aan bod:

|  |  |
| --- | --- |
| *Bijeenkomst 1 Kennis van verslaving als hersenziekte en bespreken van rookgedrag* | |
| 13 maart 2018  18:00-21:30 uur | * Kennismaking en inventarisatie verwachtingen aan e hand van de werkopdracht * Terugblik op instapopdracht * Inleiding: Aansluiting op kennis over effecten en risico’s van roken (Pfizer nascholing), Wanneer spreek je van problematisch rookgedrag / verslaving – verslaving als hersenziekte * Hoe sluit je aan bij een patiënt in zijn proces van motivatie om het rookgedrag (niet) te veranderen en hoe maak je het rookgedrag bespreekbaar * Als iemand wil veranderen in zijn/haar rookgedrag, wat zijn dan de do’s en don’ts voor een POH * Capita Selecta hoofdbegrippen van Motiverende Gespreksvoering: de Spirit , Gesprekstechnieken (Open vragen, Reflecties, Bevestigingen, Samenvattingen en Informatie geven en vragen) en de Processen: engageren, focussen, evoceren, plannen * Rol van Cognitieve Gedragsbeïnvloeding (CGB) en psychoeducatie * Toelichting werkopdracht: veranderopdracht en casuïstiekformulier |

|  |  |
| --- | --- |
| *Bijeenkomst 2 Praktisch aansluiten bij de cliënt door middel van methodieken en Motiverende Gespreksvoering* | |
| 27 maart 2018  18:00-21:30 uur | * Terugblik op werkopdracht * Practicum Algemene methodieken: gewoontes doorbreken, voor- en nadelen van stoppen met roken leren kennen, anders denken, rookschrift bijhouden, anders doen, stellen van doelen, beslissingen nemen, situaties analyseren, actieplan maken en terugval voorkomen * Praktische Verdieping Motiverende Gespreksvoering: *engageren en focussen* * Oefenen met aspecten van Cognitieve Gedragsbeïnvloeding * Practicum: hoe maak ik gebruik van genotmiddelen bespreekbaar?   *Nadruk op engageren en focussen* |

|  |  |
| --- | --- |
| *Bijeenkomst 3 Praktisch aansluiten bij de cliënt door middel van methodieken en Motiverende Gespreksvoering* | |
| 4 april 2018  18:00-21:30 uur | * Algemene methodieken: gewoontes doorbreken, voor- en nadelen van roken leren kennen, anders denken, rookschrift bijhouden, anders doen, stellen van doelen, beslissingen nemen, situaties analyseren, actieplan maken en terugval voorkomen * Praktische Verdieping Motiverende Gespreksvoering: *engageren en focussen, evoceren, plannen, behoudtaal, verandertaal, actietaal* * Zelfreflectie: wat heb ik als POH nodig om een patiënt te begeleiden in het stoppen met roken, wat bied ik hem/haar? * Ethische dilemma’s |

|  |  |
| --- | --- |
| *Bijeenkomst 4 Follow-upbijeenkomst* | |
| 1. 18 april 2018   18:00-21:30 uur | * Verdieping en oefening methodieken en Motiverende Gespreksvoering * Omgaan met ambivalentie en wrijving * Practicum aan de hand van eigen ervaringen : inbreng casuïstiek * Intervisie – kennisdeling en leren van elkaar * Doorverwijzen naar Verslavingszorg: sociale kaart * Aanbod begeleiding of behandeling vanuit verslavingszorg: online of face-to-face-behandeling * Afsluiting en Evaluatie |

## Instapopdrachten voor de deelnemer:

### Instapopdracht 1

Beschrijf op welke wijze je de gesprekken in het kader van Stoppen met Roken (SmR) inkleedt. Maak een verslagje van maximaal 1 A4. Als hulpmiddel kun je gebruik maken van de volgende punten:

* + - Hoeveel patiënten zie je gemiddeld in het kader van Stoppen met Roken per jaar?
    - Wat is je ervaring op grond van deze gesprekken – wat zijn elementen in de begeleiding die tot een succes kunnen leiden; waardoor zie je dat succes mogelijk uitblijft?
    - Met welk argument komen patiënten doorgaans bij jou in de SmR-trajecten?
    - Hoe vind je het als POH-somatiek om een patiënt op het gebied van Stoppen me t Roken te begeleiden? Wat vind je prettig, wat vind je lastig?
    - Hoe lang duurt je gesprek doorgaans? Hoeveel gesprekken gebruik jij als uitgangspunt?
    - Welke onderwerpen laat je, in welke volgorde, aan bod komen?
    - Maak je gebruik van psychoeducatie – zo ja: wat, welke?
    - Wat vind je van belang tijdens de gesprekken in het kader van Stoppen met Roken en hoe geef je dat vorm?
    - Wat verwacht je van de patiënt / deelnemer? Wat verwacht je van jezelf?
    - ….etc.

### Instapopdracht 2

1. Wat wil; jij graag voor jezelf bereikt hebben na het volgen van deze 4 bijeenkomsten?
2. Op welke wijze kun je cognitieve gedragsbeïnvloeding, toepassen in het programma SmR?
3. Noem 5 manieren waarop je verandertaal kunt uitlokken
4. Wat is volgens Motiverende Gespreksvoering het onderscheid tussen ambivalentie en wrijving?
5. Wat wordt in de Motiverende Gespreksvoering bedoeld met ‘de Hamvraag’ en wanneer stel je die?
6. Maak je bij SmR ook gebruik van een voor-en nadelenbalans, zo ja: welke?

Stuur je uitwerking van Instapopdracht 1 en 2 op naar Henk-Willem Altena, e-mail: [hw.altena@tactus.nl](mailto:hw.altena@tactus.nl)

### Contact

Mocht je vragen hebben over de bedoeling van de vragen, neem dan gerust contact op met de begeleider:

Henk-Willem Altena M: 06-13121648

E: [hw.altena@tactus.nl](mailto:hw.altena@tactus.nl)