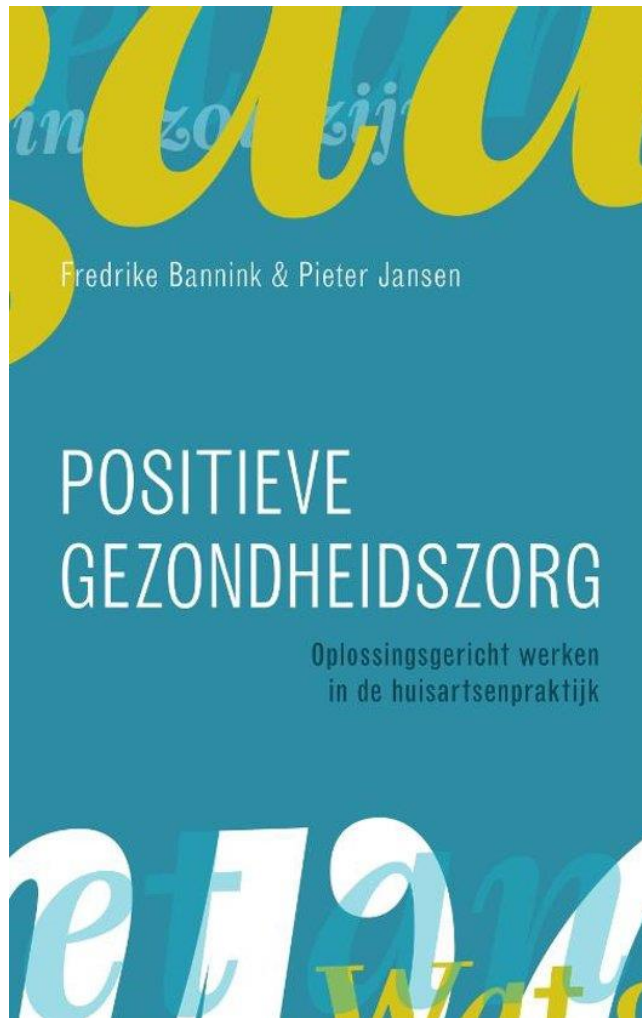


3-DAAGSE TRAINING 'Positieve gezondheidszorg: Oplossingsgericht werken in de eerstelijns'



TRAINERS:

FREDRIKE BANNINK MDR  
KLINISCH PSYCHOLOOG  
[www.fredrikebannink.com](http://www.fredrikebannink.com)

PIETER JANSEN  
HUISARTS

## OPLOSSINGSGERICHTE GESPREKSVOERING

Oplossingsgerichte gespreksvoering is een kortdurende, autonomieversterkende behandelvorm, waarbij de aandacht wordt gericht op wat patiënten voor hun probleem of klacht in de plaats willen. Daarbij worden zij als co-experts gezien, die competent zijn hun eigen oplossingen te bedenken en uit te voeren.

Oplossingsgerichte gespreksvoering sluit aan bij de aanwezige motivatie tot gedragsverandering van patiënten. Zo kunnen lastige interacties optimale interacties worden. Daar waar patiënten gestuurd zijn of vinden dat iemand anders of iets anders moet veranderen, heeft de oplossingsgerichte professional de expertise te motiveren tot gedragsverandering.

Kenmerk van oplossingsgerichte gespreksvoering is dat gesprekken in een doelgerichte, positieve en prettige sfeer verlopen en u als behandelaar aan het eind van de werkdag energie over hebt.

Meta-analyses tonen aan dat oplossingsgerichte gespreksvoering even goed werkt als probleemgerichte gespreksvoering. Werken vanuit het oplossingsgerichte paradigma zorgt ervoor dat er vaak minder gesprekken nodig zijn, de autonomie van patiënten goed is gewaarborgd, en behandelaars minder burnout ondervinden.

In de praktijk is oplossingsgericht werken geïndiceerd bij:

- somatische klachten: wat is het doel van de patiënt, wanneer zijn de klachten er niet of minder en hoe draagt de patiënt daaraan bij?
- begeleiding van patiënten met psychosomatische klachten, pijnklachten verslavingsproblematiek, en psychische klachten als depressie, angst, trauma, slaapstoornis
- begeleiding van patiënten met SOLK (helpen bij dragen gevolgen, vinden van een andere betekenis, en mogelijk verbetering)
- (beter) omgaan met ziekte of beperking (wat kan er wel?)
- wanneer gedragsverandering gewenst of noodzakelijk is (houden aan leefregels, bevorderen medicatietrouw)
- bij medicatiecontacten
- bij aspecten van gezond gedrag, leefstijl, en gezondheidsbevordering
- bij opvoedingsaspecten
- bij dilemma's
- bij conflicten

### Werkvormen

Korte keynote presentaties, plenair en in subgroepen oefenen met oplossingsgerichte vaardigheden, improvisaties met inbreng eigen casuïstiek, DVD's, lezen literatuur, huiswerkopdrachten, evaluaties trainingsdagen.

### Leerdoel gehele training

Na afloop van deze driedaagse training heeft u kennis gemaakt met de theoretische achtergronden en praktische vaardigheden van oplossingsgerichte gespreksvoering, die u direct kunt toepassen in uw dagelijkse praktijk. Bovendien heeft u 'tools' aangereikt gekregen voor het optimaliseren van de samenwerking met uw patiënten.

### Leerdoel dag 1

Lezen literatuur

Kennismaking met het oplossingsgerichte paradigma

Formuleren van doelen van deelnemers voor de training

Theorie en achtergronden Oplossingsgerichte gespreksvoering

Oefenen met probleemgericht en oplossingsgericht gesprek

Demonstratie van een oplossingsgericht gesprek: de vier oplossingsgerichte basisvragen

Oefenen met doelformulering

### Leerdoel dag 2

Lezen literatuur en huiswerkopdracht

Oefenen met verdere oplossingsgerichte vaardigheden: het vinden van uitzonderingen

Gebruik van *positive deviance* in de samenleving

De samenwerkingsrelatie: wie is veranderingsbereid?

Van lastige naar optimale interacties; feedback door de patiënt

Gebruik van schaalvragen

### Leerdoel dag 3

Lezen literatuur en huiswerkopdracht

Oefenen met verdere oplossingsgerichte vaardigheden

Oplossingsgerichte vervolgesprekken met demonstratie

Positieve supervisie en intervisie

Oplossingsgericht werken in de huisartsenpraktijk: hoe verder?

### Literatuur

De deelnemers ontvangen enkele weken voorafgaand aan de eerste trainingsdag het boek '*Positieve gezondheidszorg: oplossingsgericht werken in de huisartsenpraktijk*' (F. Bannink en P. Jansen, 2017) met de bijbehorende leeswijzer.

PROGRAMMA training 'Positieve gezondheidszorg: oplossingsgericht werken in de eerstelijns'

**DAG 1**

Docent **Fredrike Bannink**, klinisch psycholoog

- 09.30 uur Welkom en oefening 'Sprankelend moment'
- 10.15 uur Introductie training  
Het belang van memory support strategieën
- 10.30 uur Formuleren van ieders doel voor de training
- 10.45 uur Introductie van positieve gezondheidszorg en oplossingsgericht werken  
Werken vanuit het paradigma van de analyse (het medische model) en/of het paradigma van de synthese (het oplossingsgerichte model)
- 11.15 uur Pauze
- 11.30 uur Vervolg introductie oplossingsgericht werken: vragen naar doelformulering, uitzonderingen, competenties en schaalvragen
- 13.00 uur Lunch
- 13.30 uur De structuur van het oplossingsgerichte gesprek  
Demo docent met de vier oplossingsgerichte basisvragen
- 14.15 uur Oefenen met klachtgericht en oplossingsgericht gesprek in tweetallen
- 15.00 uur Het vinden van uitzonderingen met oefening in tweetallen
- 16.10 uur Afspraken voor tweede bijeenkomst: literatuur en opdracht naar keuze
- 16.15 uur Memory support: Wat neem je mee van vandaag?  
Evaluatie dag 1
- 16.30 uur Afsluiting dag 1

**DAG 2**

Docent **Pieter Jansen**, huisarts

- 09.30 uur Kennismaking en oefening 'Goed voor je'  
Bespreken ervaringen en literatuur dag voor dag 2  
Memory support: Wat heb je meegenomen van dag 1?
- 10.00 uur Ervaringen van een huisarts  
Hoe beide paradigma's te combineren in de huisartsenpraktijk
- 11.15 uur Pauze
- 11.30 uur De samenwerkingsrelatie met de patiënt  
Lastige interacties (onvrijwilligheid, dwang en drang, voortslepende behandelingen, SOLK, crisis & suicidaliteit)
- 12.30 uur Het belang van feedback door de patiënt  
De Session Rating Scale
- 13.00 uur Lunch
- 13.30 uur Competentievragen met oefening in drietallen  
Positieve roddel
- 14.30 uur Gebruik van schaalvragen met oefening in tweetallen
- 15.15 uur Pauze
- 15.30 uur Improvisatie: 'Wat als de patiënt zegt....' met eigen casuïstiek
- 16.10 uur Afspraken voor derde bijeenkomst: literatuur, opdracht naar keuze en casus
- 16.15 uur Memory support: Wat neem je mee van vandaag?  
Evaluatie dag 2
- 16.30 uur Afsluiting dag 2

### DAG 3

Docent Fredrike Bannink, klinisch psycholoog

- 09.30 uur Oefening 'Tevreden'  
Bespreken ervaringen en literatuur dag 3  
Memory support: Wat heb je meegenomen van dag 1 en dag 2?
- 10.15 uur Het vervolgggesprek 'Wat gaat er beter?' met demo docent
- 11.00 uur Oefenen in subgroepen met het vervolgggesprek
- 11.30 uur Pauze
- 11.45 uur Afsluiting van de behandeling
- 12.00 uur Verdere aandachtspunten en Q&A
- 13.00 uur Lunch
- 13.30 uur 'Battle' in twee groepen: lastige uitspraken van patiënten en hoe daarop oplossingsgericht te reageren
- 14.45 uur Pauze
- 15.00 uur Positieve supervisie en intervisie: 'Je moeilijkste casus' met demo docent en oefening in tweetallen
- 15.45 uur Verdere implementatie in de praktijk
- 16.10 uur Mondelinge en schriftelijke evaluatie a.d.h.v. geformuleerde doelen  
Memory support: Wat neem je mee van de gehele cursus?  
Evaluatie gehele training
- 16.30 uur Afsluiting training