

# Motivational Interviewing

*13 november 2007*

*“Voeding bij nierpatiënten”*

*Corine Vernooij*



# “It’s dancing not wrestling”

1. De motivatie van “de nierpatiënt”
2. Motivational Interviewing
3. Stages of Change model
4. Uw danspassen...



**“Dialysepatiënten zijn vaker  
‘dieetrouw’ vergeleken met andere  
patiëntencategorieën, omdat ze op  
korte termijn snel klachten krijgen als  
ze zich niet aan de voorschriften  
houden”**

# Motivational Interviewing

Een directieve persoonsgerichte gesprekstijl, bedoeld om verandering van gedrag te bevorderen door het helpen verhelderen en oplossen van ambivalentie ten opzichte van verandering.

# Uw eigen ervaring

Denk eens aan iemand die erg veel invloed heeft gehad in uw leven op het moment dat u een belangrijke beslissing moest nemen:

Wat zijn de drie belangrijkste karaktertrekken of eigenschappen van deze persoon?

Noteer deze voor uzelf

# **Wat zegt dat over uzelf als hulpverlener?**

# De vijf principes van MI

- Wees empatisch
- Weerstand? Mee-veren!
- Ondersteun eigen-effectiviteit
- Ontwikkel discrepantie
- Discussie/ argumentatie vermijden

# Dance with your patients, don't wrestle !

- Overtuigen is geen goede strategie
- Geef geen ongevraagde informatie of adviezen
- Vraag eerst toestemming

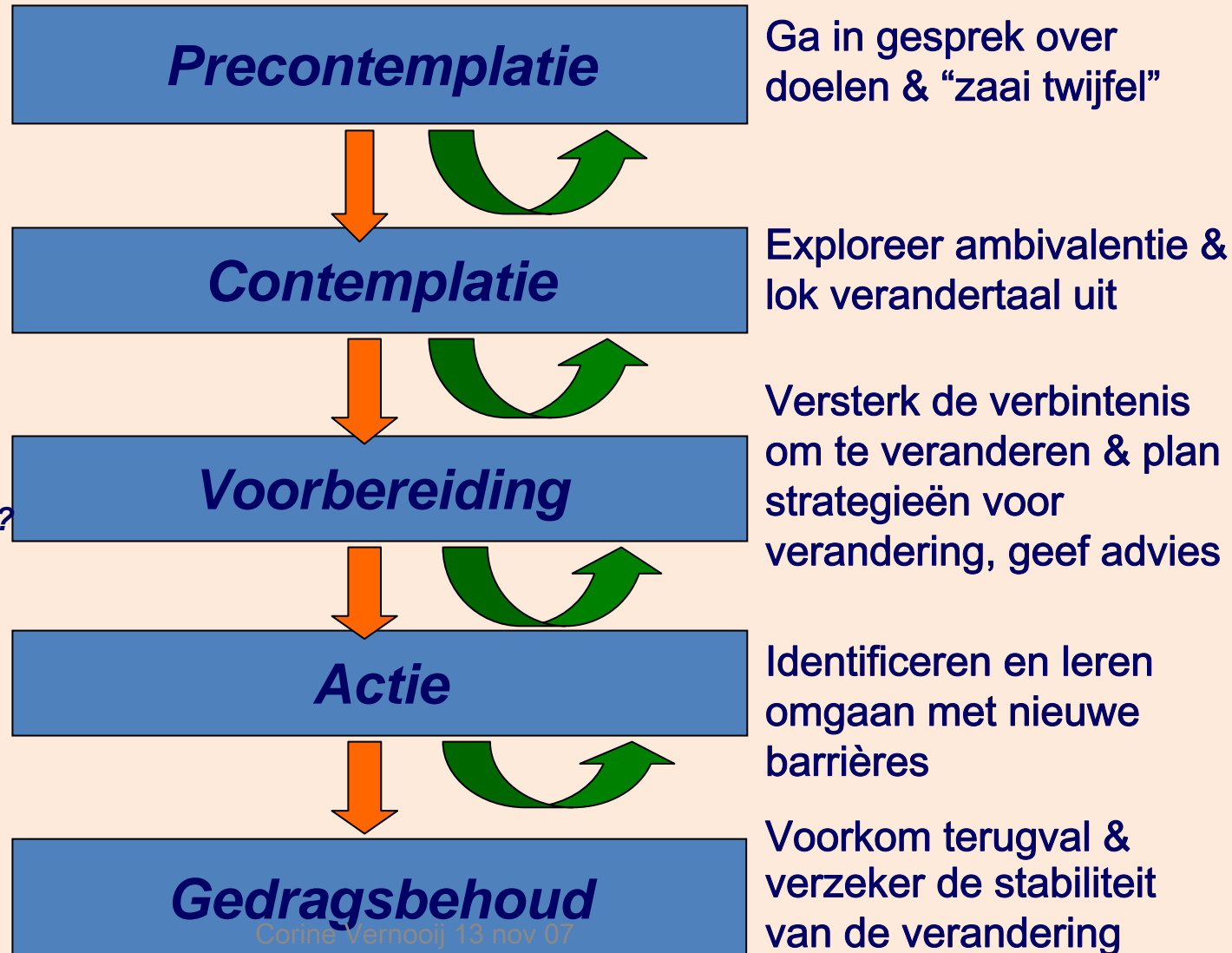


# Het “stages of change” model



# Stages of change

(Transtheoretical Model, Prochaska and Diclemente)



## Stappen:

1. *In welk stadium van gedragsverandering?*
2. *Pas interventie aan*
3. *Evalueer*

# **VANMORGEN GROOT NIEUWS!!!**

**Gebruik mobiele telefoon  
veroorzaakt kaalheid**

**Schade vooral bij versturen sms-  
berichten: na 10 jaar begint  
haaruitval, na 15 jaar is 90% kaal**

# Wat is uw reactie?

- 1. Ik blijf gewoon SMS-en**
- 2. Ik twijfel: misschien beter om toch minder gebruik te maken van SMS**
- 3. Ik wil wel minder SMS-en, maar hoe pak ik dat aan?**
- 4. Ik stop direct met SMS-en**



Te vaak zit de hulpverlener al in de trein terwijl de patiënt nog op het perron staat...

## 4. Uw danspassen...



1. Hoe is uw basishouding?
2. Wie volgt, wie leidt?
3. Wat kunt u veranderen zodat u minder 'worstelt' en meer 'danst' met uw patiënten ?



*Start dancing...*

Corine Vernooij 13 nov 07