

“Motivational Interviewing en de rol van de fysiotherapeut”

Stijn van Merendonk
Trainer



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Programma

- Ontwikkelingen zorg en rol fysiotherapeut
- Veranderen en de rol van motivatie
- Motivational Interviewing (MI)
- Toepasbaarheid
- Hoe kun je het leren?



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Ontwikkelingen gezondheidszorg

- Ongezondheid gekoppeld aan gedrag
- Belang gezonde leefstijl erkend
- Van ziekte en zorg → gezondheid en gedrag



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Verwachtingen fysiotherapeut

Van behandelen → Zelfmanagement



Van behandelaar → Coach



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Verwachtingen fysiotherapeut

m.a.w.:

Naast 'inhoudelijke kant' ook experts
in stimuleren en motiveren tot
meer bewegen / gezondere leefstijl /
therapietrouw



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Rol fysiotherapeut

- Invloed fysiotherapeut is groot
 - Vaak contact
 - Staan dichtbij (zelfs aanraken)
 - Staan op gelijkwaardig niveau
- Vaak al ervaring met coaching
- Pakken coaching skills relatief eenvoudig op



Academie voor
Motivatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Visie ClaudicationNet

- Zo goed mogelijk aansluiten bij de richtlijn sPAV
- MI is onderdeel richtlijn
- MI verplicht in 3^{de} jaar



Academie voor
Motivatíe & Gedragsverandering

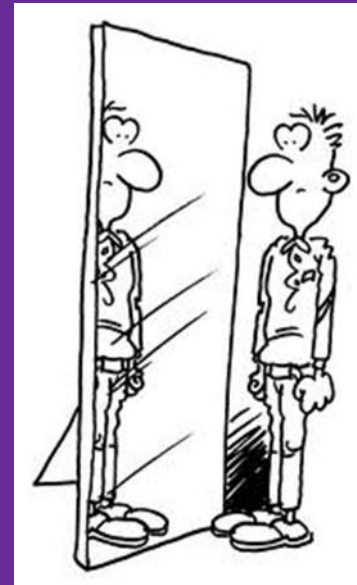


ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Verandering van gedrag

Hoe gaat dat?

- Normaal proces
- Toch ook lastig
- Succes is afhankelijk van motivatie



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Extrinsieke motivatie



- Voordeel: sneller effect
- Nadeel: effect beperkt als je niet aanwezig bent



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Intrinsieke motivatie

Wat is het?

- Zit in de persoon zelf
- Wel beïnvloedbaar
- Afhankelijk van wat iemand zelf belangrijk vindt



Academie voor
Motivatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Intrinsieke motivatie

Hoe belangrijk is afhankelijk van welke:

- Redenen iemand heeft om te veranderen
- Wensen
- Mogelijkheden
- Vertrouwen of het gaat lukken
- Noodzaak om **NU** te veranderen

Welke is het belangrijkste?



Academie voor
Motivatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Intrinsieke motivatie

MI gericht op vergroten intrinsieke motivatie om dat zo de kans op verandering toeneemt



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Definitie

Motivational Interviewing is:

- Een doelgerichte gespreksmethodiek die gericht is op het versterken en ontlocken van intrinsieke motivatie voor gedragsverandering



Academie voor
Motivatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Motivational Interviewing

- Iets nieuws?
- Evidence based
- Toepassingen in Nederland
- Verwachtingen:
 - ✓ Verplichting bij patiënten met chronische indicatie
 - ✓ Binnen (para) medische opleidingen







Visie

Een dans waarbij:

- Patiënt centraal
- Gelijk niveau
- Basis van vertrouwen
- Samenwerken
- Bewust proces
- Ruimte voor verandering creëren



Academie voor
Motivatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Essentie van MI

- Intrinsieke motivatie
- Ambivalentie
- Verandertaal



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Essentie van MI

Ambivalentie

- Beeld buitenwereld
- Het twee kanten gevoel
- Vaak wil iemand wel..... en.....toch ook weer niet
- Normaal proces
- Maar kan verandering in de weg staan



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Essentie van MI

Verandertaal

- Wie kan de patiënt het beste overtuigen?
- Om zich zelf te overtuigen is het van belang dat verandertaal uit de patiënt komt



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Samenvatting

- Oplossen van ambivalentie is belangrijk
- Effectiever als iemand zijn eigen ambivalentie oplost
- Om zich zelf te overtuigen is het van belang dat verandertaal uit de patiënt komt



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Toepasbaarheid MI bij PAV

- MI geschikt bij leefstijlproblematiek
- Past binnen de setting van fysiotherapie (Nederland)
- Sluit aan bij ontwikkelingen in de zorg
- MI vooral zinvol als duurzame verandering het doel is
- MI ook geschikt in situaties waar patiënten nog niet openstaan voor verandering (focus klacht i.p.v. leefstijl)



Hoe kun je het leren?

- Toename competentie vanaf 3 daagse + individuele coaching
- Oefenen is essentieel



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie

Waar moet je op letten?



- Eisen ClaudicationNet (3 dagen training+MINT trainer)
- Zie website ClaudicationNet voor geaccrediteerde trainingen

Bedankt voor uw aandacht



Meer informatie zie ook fysiopraxis (februari t/m juni)

Vragen?
Spreek me gerust aan!

Voor internationaal onderzoek

www.academiemg.nl



Academie voor
Motivatatie & Gedragsverandering



ClaudicationNet
landelijk netwerk looptherapie