Voorbereidingsopdracht bij OWP ‘effectief geruststellen’.

**Voorbereidingsopdracht 1:** opsporen van ongerustheid en achterliggende cognities.

Noteer een dag lang van de patiënten op je spreekuur (en neem zoveel mogelijk consulten op)

* Hoe merkte jij dat er sprake was van ongerustheid ?
	+ In de voorbereiding voor je consult
	+ Tijdens het consult, verbale signalen
	+ Tijdens het consult, non verbale signalen.
* Waarover is de patiënt ongerust?
	+ Vooral over een verontrustende *oorzaak* van de klachten?
	+ Vooral over mogelijke *gevolgen*  van de klachten ? ( voor de gezondheid, voor het dagelijks leven)
	+ Vooral over evt. *bijwerkingen* van een mogelijke behandeling?

Noteer je bevindingen op bijgaand overzicht en neem dit mee naar het onderwijsprogramma ‘effectief geruststellen’.

Bespreek je bevindingen ook in een leergesprek. Herkent je opleider dit, heeft hij/zij aanvullingen of eigen inzichten?

**Voorbereidingsopdracht 2:** Vaardigheden om effectief gerust te stellen.

Selecteer een consult op met een patiënt waarin ongerustheid een rol speelde.

1. Bekijk dit consult zelf aan de hand van de volgende vragen:
	1. Waarover is de patiënt precies ongerust?
	2. Hoe kreeg je dat boven tafel?
	3. Wat heb jij precies gedaan om gerust te stellen? (selecteer het fragment waarin dit gebeurde en beschrijf de interactie.)
	4. Hoe effectief was je daarin? Hoe geeft de patiënt aan dat je interventie behulpzaam geweest is bij het verminderen van de ongerustheid?
2. Bekijk het consult/ het door jou geselecteerde fragment met je opleider en bespreek de antwoorden op bovenstaande vragen met haar/hem.
	1. Welke feedback geeft je opleider t.a.v. jouw geruststellende interventie?
	2. Krijg je nog aanvullende tips of inzichten wat dit betreft?

Noteer kort de opbrengst van deze opdracht en neem ook die mee naar het onderwijsprogramma ‘effectief geruststellen’.

**Voorbereidingsopdracht 3:** eigen ongerustheid van de dokter

Hier gaat het om je eigen gevoel van ‘onzekerheid’ waarbij er ook een zekere ongerustheid bij jezelf optrad.

Neem drie consulten waarin dit zich voordeed.

Registreer kort de situatie die zich voordeed, en waarover je ongerust was.

**Bijlage: overzicht cues ongerustheid**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Patiënt nr. of naam | Cues voor ongerustheid | Ongerust over (oorzaak, gevolgen) | Gerust stellen: wat was effectief? |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |