

Motiverende Gespreksvoering

Motiverende gespreksvoering bestaat uit een 5-stappenplan:

1. Toestemming vragen
2. Ambivalentie bespreken: Waarom wel? Waarom niet?
3. Motivatie uitvragen
4. Vertrouwen uitvragen
5. Advies geven (informatie-doorverwijzen)

Hieronder staat het 'Therapietrouw bespreken' uitgewerkt:

- 1) **Toestemming:** vindt u het goed dat ik u iets vraag over uw medicatiegebruik? Want volgens ons systeem lijkt het alsof u niet iedere dag / moment uw medicijnen inneemt. Vindt u het goed daar even samen naar te kijken?
- 2) **Ambivalentie uitvragen:** voor en tegenargumenten
 - a. Wat zou voor u reden zijn om uw medicijnen wel volgens voorschrift trouw in te nemen?
* Ideeën: Het moet van dokter, het is beter voor mijn ziekte, werkt beter,...
 - b. Wat houdt u tegen om uw medicijnen trouw in te nemen?
* Ideeën: ik heb last van bijwerkingen, ik vergeet het heel vaak,...
- 3) **Motivatie uitvragen:** Hoe belangrijk zou u het vinden om het middel wel trouw in te nemen en doseringen niet te vergeten? Motivatie scoren op schaal van 1-5: 1 = niet gemotiveerd, 5 = heel erg gemotiveerd, waar zit u dan? En waarom al cijfer x?
- 4) **Vertrouwen uitvragen:** En als we samen dingen zouden bedenken om uw dosering niet te vergeten. Hoeveel vertrouwen heeft u er dan in, dat het u dan ook gaat lukken? Vertrouwen scoren
- 5) **Advies geven:** Uit studies blijkt dat bij dagelijks innemen / volgens voorschrift innemen, het effect van het medicijn het meest optimaal is voor u en uw gezondheid.
Meteen tips geven om aan het innemen te denken, zoals:
Zou u dit bijv. kunnen koppelen aan iets dat u toch al dagelijks moet doen, zoals tandenpoetsen, ontbijten, app gebruiken, in agenda agenderen enz.