

Een motiverend gesprek over een bezoek aan de psycholoog



Praktische gesprekstips met afscheurblaadjes om mee te geven met je cliënt

"Ik merk dat je stiller bent. Zit je ergens mee?"

"Is er nog iets anders waarover je iets wil vragen?"

"Ik zie dat je moeilijk uit je bed komt. Vroeger zat je altijd al klaar."



1. Wees alert voor **signalen**.
2. **Toon dat je iets opmerkt** en dat je erover wil praten.
3. Vraag wat de ander **zelf zou willen veranderen**. Stel open vragen.
4. Naar een psycholoog gaan heeft **voor- en nadelen**. Kaart al die voor- en nadelen aan.
5. **Geef tijd**. Hulp is wellicht al overwogen en het probleem bestaat al langer. Ga na wat de goede reden van mensen is om geen hulp te zoeken.
6. Blijf binnen de grenzen van je mogelijkheden. **Stel professionele hulp voor** en bied aan om die samen te zoeken. Maak de stap kleiner.
7. Peil naar financiële problemen en **check de criteria voor de conventie**. Geef een **afscheurblaadje** mee en licht toe waarom dit een oplossing biedt.

Herken de signalen



Veranderingen in **gedrag**
Veranderingen in **emoties**
Zich **terugtrekken**
Zeggen dat het **niet goed gaat**

Te vermijden



De problemen **minimaliseren** of **mooipraten**.
Onmiddellijk **zelf oplossingen** aanreiken.
Beloven dat je er **met niemand** over zal praten.
Beloven dat je **alle problemen kan oplossen**.

Dringende hulp?



Verwijs naar de huisarts of de spoeddienst of naar:
tele-onthaal.be - tel. 106
zelfmoord1813.be - tel. 1813
awel.be - tel. 102 - kinderen en jongeren
1712.be - tel. 1712 - geweld, misbruik en kindermishandeling

Een uitgave van de netwerken Geestelijke Gezondheidszorg West-Vlaanderen

Alle blaadjes op?

Bestel gratis een nieuwe scheurblok op 0475 20 20 41

v.u. Lieven Lust, Koning Albert I-laan, 8200 Brugge - Realisatie theCONVERSATION

WINGG

federale overheidsdienst
VOLKSGEZONDHEID,
VEILIGHEID VAN DE VOEDSELKETEN
EN LEEFMILIEU

netwerk GGZ
Noord-West-Vlaanderen

