

# SIGNALLEN

OM IN

## GESPREK TE GAAN

BEWEGING 3.0



Signalen



Wat zie je?

Emoties

Boosheid, verdriet, onredelijkheid, paniek, angst voor de toekomst, irritatie

Gedrag

Niets willen, waaromvragen, behoefte aan informatie, steeds bellen, onrust, piekeren, geen aandacht vragen, regie in eigen handen willen houden, strijd aangaan, fixatie op ziek zijn, depressief

Familie

benoemen van verandering in emotie of gedrag van de bewoner.

Doodswens uitspreken

Actieve vraag om euthanasie, palliatieve sedatie, "ik wil niet meer wakker worden"

Beweging 3.0



# TIPS VOOR HET GESPREK

Beweging 3.0

## WAARNEMEN

### Hoe kun je weten wat er in iemand omgaat?



zie je bewoner, luister naar zijn verhaal, maak gebruik van je (onderbuik) gevoel. Geef echte aandacht, maak contact, gebruik de gesprekstechnieken: Luisteren Samenvatten en Doorvragen (LSD)

## VRAGEN STELLEN



1. Wat houdt u bezig?
2. Waar wilt u het graag over hebben / Waar wilt u graag aandacht voor?
3. Waar had u steun aan in eerdere moeilijke situaties?
4. Door wie of wat zou u gesteund kunnen worden?
5. U maakt op mij een rustige indruk, klopt dat met hoe u zich voelt?

## LUISTEREN DOE JE MET AANDACHT

### Door te luisteren kom je meer te weten



- Wees je bewust van triggers >Je hoeft niet op alles te reageren;
- Non-verbaal kan je ook reageren door bijvoorbeeld te knikken of hummen en bewust aankijken.
- Laat de stiltes ook ontstaan. Geef iemand bedenktijd. Vaak gaat het verhaal na een pauze gewoon verder.
- Vraag alleen door als iets echt onduidelijk is.
- Oordeel niet, maar verplaats je écht in de ander: hoe zou het voelen als jou dit overkwam? Hierdoor kan je empathisch contact maken.

**Beweging 3.0**