

Aan de slag

Programma
Uitkomstgerichte
Zorg



Toolkit voor bijeenkomsten met patiënten over Samen Beslissen



Draaiboek voor begeleiders

Inleiding

Voor je ligt het draaiboek van de toolkit voor bijeenkomsten met patiënten over Samen Beslissen. De toolkit bestaat uit producten die gericht zijn op het delen van informatie, ervaringen en tips voor patiënten (en naasten) van 18 jaar en ouder over Samen Beslissen. Hiermee kunnen we mensen versterken in Samen Beslissen en hen laten leren van elkaar. De toolkit is ontwikkeld vanuit het Programma Uitkomstgerichte Zorg voor iedereen die binnen een ziekenhuis, kliniek en/of patiëntenorganisatie als begeleider (een onderdeel van) een bijeenkomst voor patiënten over Samen Beslissen gaat begeleiden. De toolkit geeft handvatten, maar geeft ook ruimte om te specificeren naar de doelgroep van de bijeenkomst. Zo is het goed mogelijk om de toolkit in te zetten bij een bijeenkomst waar ook naasten bij aanwezig zijn. De toolkit kan gebruikt worden voor het organiseren van zowel fysieke als digitale bijeenkomsten. Daarnaast is het aan te raden (een deel van) de toolkit in te zetten bij al bestaande of bredere bijeenkomsten, zoals een informatiebijeenkomst over een aandoening. De ervaring is dat dit een goede manier is om patiënten te bereiken! Uiteraard is het ook mogelijk om met de toolkit een bijeenkomst te organiseren waar alleen het thema Samen Beslissen centraal staat.

Wat is Samen Beslissen?

Over grote beslissingen denken we goed na, bijvoorbeeld over waar we willen wonen of wat voor werk we willen doen. Over welke zorg of behandeling we nodig hebben, denken we vaak minder goed na. Zelf nadenken over wat voor zorg we willen is belangrijk. Want het leven kan door een behandeling erg veranderen. Goede zorg begint met een goed gesprek tussen de patiënt en de zorgverlener¹. Dit is waar Samen Beslissen over gaat.

Met de input van de patiënt over zijn of haar situatie, wensen en behoeften, en de kennis van de zorgverlener over mogelijke behandelingen, onderzoeken, medicatie of ondersteuning, beslissen de patiënt en zorgverlener samen welke zorg het beste past². Deze toolkit helpt je om patiënten en naasten hierbij te ondersteunen. Deze toolkit sluit aan op de campagne Samen Beslissen (www.begineengoedgesprek.nl) >>

¹ Wat is Samen Beslissen, bron: <https://begineengoedgesprek.nl/hallo-patient/samen-beslissen/>

² Waarom Samen Beslissen, bron: <https://begineengoedgesprek.nl/hallo-zorgverlener/wat-is-samen-beslissen/>

Inhoudsopgave

1	Uitleg en keuze producten	4
2	Tips voor een succesvolle bijeenkomst	8
3	ALGEMENE HULPMIDDELEN	10
	Tips voor het werven van patiënten voor bijeenkomsten	11
	Stappenplan voor een praktische voorbereiding	12
	Voorbeelduitnodiging	15
	Voorbeeld (ingevuld) plan voor een bijeenkomst	16
	Format (leeg) plan voor een bijeenkomst	18
	Voorbeeld initiatieven en producten	19
4	TIPS EN WERKVORMEN PER PRODUCT	22
	Algemene informatie product 3 'Ervaringen en tips van patiënten'	23
	Overzicht films	28
	Algemene informatie product 4 'Dit vind ik belangrijk!'	30
	Invulformulier 'Dit vind ik belangrijk!'	40
	Algemene informatie product 5 'Stellingspel'	42
	Overzicht van alle stellingen	47

Klik op de teksten om naar het hoofdstuk te gaan

Met de navigatietool ga je terug naar inhoud of voor- of achteruit

naar inhoudsopgave  

1. Uitleg en keuze producten

De toolkit bestaat uit verschillende producten die tijdens een bijeenkomst ingezet kunnen worden om patiënten te informeren over en inspireren op het onderwerp Samen Beslissen. Verschillende werkvormen ondersteunen de producten. Het is mogelijk om de producten los van elkaar of als geheel in te zetten, passend bij de beschikbare tijd, het doel, de doelgroep van de bijeenkomst en/of de bijeenkomst fysiek of digitaal wordt georganiseerd. De vijf producten in deze toolkit zijn:



Draaiboek (product 1)



Het draaiboek helpt je op weg in het organiseren, voorbereiden en uitvoeren van bijeenkomsten over Samen Beslissen voor patiënten. Per product vind je hier ook tips, werkvormen en ondersteunende documenten.

Basispresentatie bijeenkomsten (product 2)



Presentatie met begrijpelijke (basis) informatie over Samen Beslissen



Ervaringen en tips van patiënten (product 3)



Films met ervaringen en tips van patiënten om van elkaar te leren



Dit vind ik belangrijk! (product 4)



Vragen die de patiënten inzicht geven in wat belangrijk is in hun leven



Stellingspel (product 5)



Stellingen die het gesprek over Samen Beslissen stimuleren



De producten bevatten:



Draaiboek



Power Point Presentatie



(Begeleidende) werkvorm



Films



Stellingspel

naar inhoudsopgave



Producten

Meer informatie over de producten en hoe je ze kunt inzetten in een bijeenkomst vind je hieronder.

**Draaiboek
(product 1)**



Het draaiboek helpt je op weg in het organiseren, voorbereiden en uitvoeren van bijeenkomsten over Samen Beslissen voor patiënten



Product 1 Draaiboek is dit document. Het is ondersteunend aan de andere producten. In dit draaiboek vind je allerlei informatie variërend van een keuzehulp welk product in te zetten, een voorbeelduitnodiging, een inspiratieoverzicht, werkvormen en allerhande tips, bijvoorbeeld hoe je de bijeenkomst passend kan maken aan je doelgroep.

Je kan doorklikken op de voor jou relevante items vanuit de inhoudsopgave en het overzicht hieronder.

**Basispresentatie
bijeenkomsten
(product 2)**



Presentatie met begrijpelijke (basis) informatie over Samen Beslissen



Product 2 is een **basispresentatie over Samen Beslissen**. Deze presentatie is ongeveer 15 minuten, naar wens is deze uit te breiden. In de notities van de PowerPoint vind je letterlijke tekst die je als begeleider tijdens de bijeenkomst kan vertellen. Ook vind je daar tips, goede voorbeelden en filmpjes die je aanvullend kan laten zien.

**Ervaringen en
tips van patiënten
(product 3)**



Films met ervaringen en tips van patiënten om van elkaar te leren



Product 3 gaat over **ervaringen en tips van patiënten**. Er zijn zes films met een uniek verhaal. Voor tips en werkvormen voor dit product klik hier. Ook vind je in de toolkit een ondersteunende presentatie.

**Dit vind ik
belangrijk!
(product 4)**



Vragen die de patiënten inzicht geven in wat belangrijk is in hun leven



Product 4 helpt de patiënten om erachter te komen wat zij belangrijk vinden in hun leven. Ofwel: **dit vind ik belangrijk!** Wat dit precies inhoudt en hoe je de vragen kan bespreken vind je in de werkvorm. Je vindt hier ook tips voor het creëren van een veilige omgeving. Je vindt hier een invulformulier van de vragen.



Stellingspel (product 5)



Stellingen die het
gesprek over Samen
Beslissen stimuleren



Product 5 is een **stellingspel** gericht op het prikkelen van patiënten over hun eigen rol in Samen Beslissen. Hier vind je tips en werkvormen voor het kiezen en bespreken van de stellingen. Ook is er een overzicht van alle stellingen inclusief toelichting voor begeleiders om het gesprek te verdiepen.

Doelgroep

Voor een goede voorbereiding en keuze van de producten is het belangrijk om je in te leven in de doelgroep. Welke patiënten komen naar de bijeenkomst? Hoeveel zorgervaring hebben zij? En welke vragen leven er over Samen Beslissen?

Het is ook belangrijk om rekening te houden met het volgende. Een op de drie Nederlanders heeft moeite met het verkrijgen, begrijpen en toepassen van informatie over gezondheid. We zeggen dat zij beperkte gezondheidsvaardigheden hebben. Deze patiënten zijn vaak minder mondig en ervaren een grote afstand tussen henzelf en de zorgverlener. Ook in bijeenkomsten kunnen deze mensen meer op de achtergrond raken. Geef niet teveel informatie in één keer en praat niet te snel. Geef mensen tijd om de informatie te verwerken. Stel vragen om te zien of informatie aangekomen is en laat mensen zelf terugvertellen wat er gezegd is. Herhaal de belangrijkste punten.

Een deel van de groep mensen met beperkte gezondheidsvaardigheden is laaggeletterd. Het gaat om 2,5 miljoen mensen. Een schriftelijke uitnodiging voor een bijeenkomst bereikt deze groep niet; je moet hen persoonlijk uitnodigen. Meer informatie over beperkte gezondheidsvaardigheden en laaggeletterdheid vindt u op www.pharos.nl.



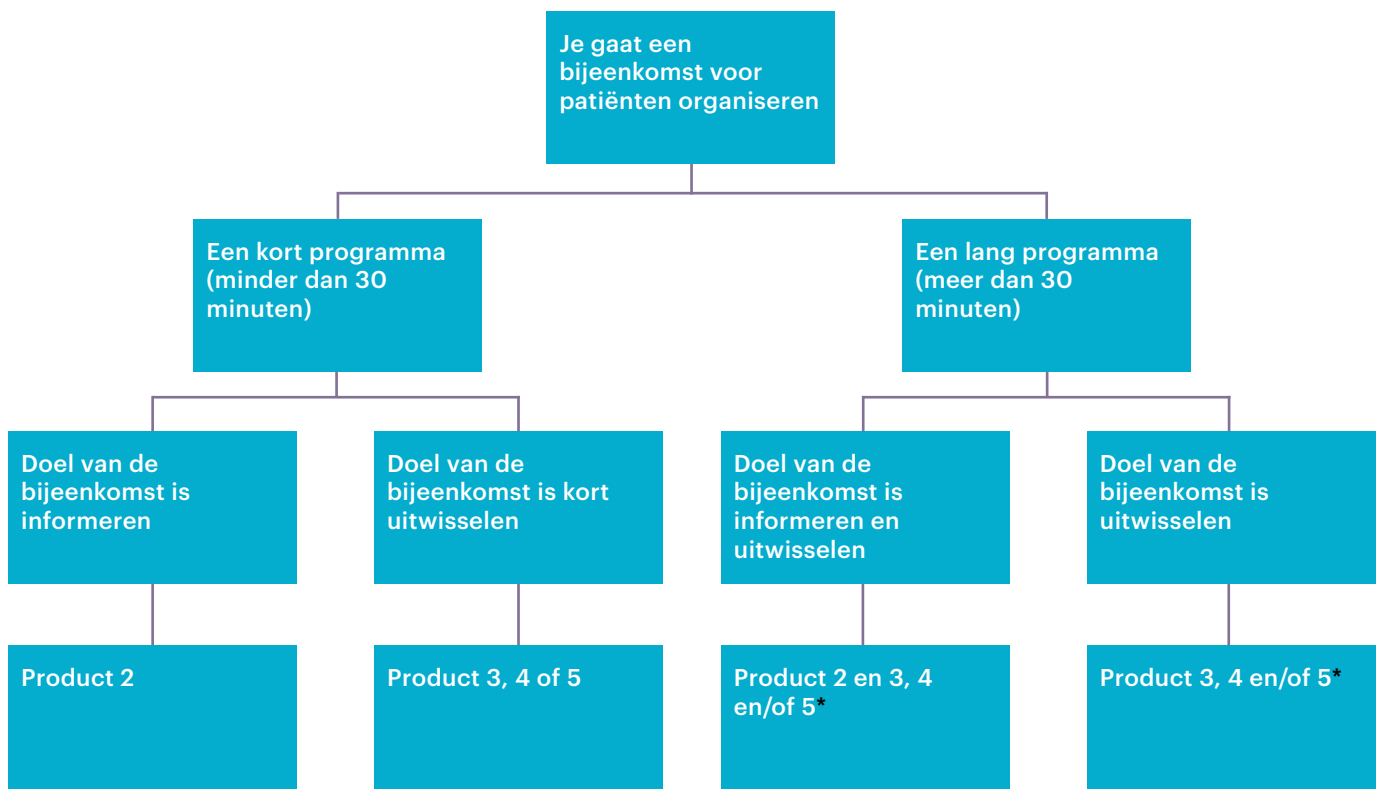
naar inhoudsopgave



Keuzehulp

Om je te helpen bij het kiezen van een of meerdere producten uit de toolkit voor het programma, vind je hieronder een keuzehulp.

- 1 Het vertrekpunt: je organiseert een bijeenkomst voor patiënten.
- 2 **Keuze:** is het een kort (minder dan 30 minuten) of lang programma (meer dan 30 minuten)?
- 3 **Keuze:** is het voornaamste doel van de bijeenkomst informeren (zenden van informatie) en/of uitwisselen (interactief aan de slag met informatie en met elkaar)?



* De producten zijn zo vormgegeven dat ze los van elkaar of in combinatie kunnen worden ingezet. In de uitwerking van de verschillende werkvormen is rekening gehouden met factoren als locatie, groepsgrootte en fysieke beperking van patiënten.

2. Tips voor een succesvolle bijeenkomst

Het begeleiden van een bijeenkomst is iets wat je misschien niet dagelijks doet. Hoe breng je informatie over? Hoe zorg je ervoor dat je de werkvorm goed inzet? Hoe bewaak je de tijd? Als begeleider is het jouw taak om het proces van de bijeenkomst goed te laten verlopen. Vul dit in op een manier die bij de doelgroep maar ook bij jou als persoon past. Gebruik woorden en taal die begrijpelijk zijn, zorg dat iedereen (en ook jijzelf) zich op zijn/haar gemak voelt in de groep en probeer er een leuke ervaring van te maken. In de notities van de PowerPoint vind je letterlijke tekst die je kan gebruiken. Hieronder een aantal tips om je bijeenkomst tot een succes te maken!

- 1 Wees een gastheer of gastvrouw:** zorg dat je als eerste aanwezig bent (digitaal en fysiek) en dat alles al klaarligt en staat. Wanneer deelnemers in de bijeenkomst binnenkomen kan het zijn dat ze nog onrustig zijn, ze kijken op hun mobiel, zijn stil, of komen misschien te laat. Zorg dat je oprechte aandacht hebt voor alle deelnemers; verwelkom en begroet iedereen, toon interesse en maak oogcontact. Zorg er bij kleine groepen voor dat je de namen weet, dit maakt het contact in de bijeenkomst persoonlijker; eventueel werk je hiervoor met naamkaarten.
- 2 Motiveer en inspireer de groep:** benoem wat de bijeenkomst oplevert voor de deelnemers. Wat hebben ze aan kennis over Samen Beslissen? Of, het uitwisselen van ervaringen? Vertel bijvoorbeeld over de positieve ervaring van een andere bijeenkomst, een patiënt of jezelf met Samen Beslissen.
- 3 Neem een actieve houding aan:** sta - bij een fysieke bijeenkomst - frontaal voor de groep. Op deze manier is het duidelijk voor iedereen dat je de begeleider bent, zeker als de deelnemers zitten. Loop ook eens rond in de ruimte. Digitaal kun je dit doen door volledig in beeld te komen en te vragen of de deelnemers de microfoon uitzetten. Indien nodig; leg uit hoe je microfoon en camera uit- en aanzet.
Zorg ten slotte voor een goede tijdsbewaking, zorg dat je ergens zichtbaar de tijd op bij kunt houden (mobiele telefoon, horloge, klok).
- 4 Veilige omgeving:** het is belangrijk dat deelnemers zich veilig voelen om vragen te stellen of input te leveren. Groepsgrootte speelt hierin een rol. Je bereikt veiligheid (en interactie) het beste door met kleine groepen te werken. Geef de deelnemers gelegenheid om vragen te stellen als iets niet duidelijk

is. Benoem ook dat alle input welkom is en zorg ervoor dat iedereen wordt gehoord. Een discussie tussen patiënten is prima, zie erop toe dat dit met respect voor elkaar wordt gevoerd. Heb je toch een grote groep en wil je interactie, zorg dan voor (een) extra begeleider(s).

- 5 Een duidelijke instructie is het halve werk:** wanneer je deelnemers een opdracht geeft (bijvoorbeeld de werkvormen) is het van belang deze goed uit te leggen. Neem de deelnemers stapsgewijs mee in: de opdracht (wat moeten de deelnemers gaan doen), het resultaat (wat is er als de opdracht klaar is), tijd, materiaal (wat kunnen de deelnemers raadplegen/gebruiken), opbrengst (hoe verder) en vorm (individueel, in groepjes).
- 6 Aansluiten bij doelgroep:** sluit tijdens de bijeenkomst aan bij de leeftijd, taal, gezondheidsvaardigheden, digitale vaardigheden en fysieke beperkingen. Gebruik hiervoor de variatie- en personaliseeropties benoemd in product 2 en de werkvormen van de producten. Wanneer er naasten in de bijeenkomst zijn, kun je ervoor kiezen om de naasten in aparte subgroepjes uiteen te laten gaan.
- 7 Genoeg ruimte voor het eigen verhaal:** het is belangrijk dat de patiënten de ruimte krijgen hun verhaal te delen, houd daar in het programma rekening mee. Neem niet zelf de regie over het gesprek, maar bewaak wel de tijd. Het is prima om een product langer te behandelen als dat de behoefte van de groep is; kwaliteit gaat boven kwantiteit!
- 8 Evalueren:** reserveer tijd in het programma voor een korte evaluatie. Stel bijvoorbeeld de vraag: wat vond je ervan? Of, welke vragen heb je nog? Met wie zou je dit verder willen bespreken? Digitaal bijvoorbeeld in de chat.
- 9 Na de bijeenkomst:** mail de patiënten indien mogelijk de presentatie en linkjes (naar bijvoorbeeld de films of website Harteraad).



naar inhoudsopgave



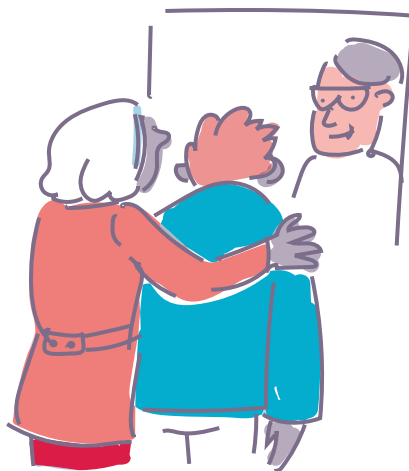
3. Algemene hulpmiddelen



Tips voor het werven van patiënten voor bijeenkomsten

Hieronder vind je een aantal tips voor het werven van patiënten voor bijeenkomsten:

- De ervaring leert dat een persoonlijke benadering en uitnodiging het beste werkt. Vraag directe zorgverleners bijvoorbeeld om patiënten uit te nodigen voor de bijeenkomst. Wanneer je patiënten digitaal uitnodigt, pas de voorbeelduitnodiging aan naar de taal die past bij de doelgroep die je benadert. Gebruik de naam van de deelnemer in de aanhef.
- Denk na over het tijdstip van de bijeenkomst. Houd rekening met werkuren van patiënten, eetmomenten (ontbijt - lunch - diner) en nationale feest- en vakantiedagen. Let ook op specifieke kenmerken bij een bepaalde klacht of ziekte.
- Voor sommige mensen kan een bijeenkomst in een ziekenhuis/kliniek een te hoge drempel zijn, voor anderen juist niet omdat ze hier al regelmatig komen. Misschien komt de doelgroep liever samen in het buurthuis, kerk of moskee of café om de hoek. Vraag bijvoorbeeld bij vertegenwoordigers van de doelgroep op welke ontmoetingsplekken zij graag samenkomen.
- Denk ook aan het inzetten van social media. De meeste ziekenhuizen, klinieken of patiëntverenigingen hebben hierop volgers die je zo kan bereiken.
- Sluit aan bij dat wat er al is of georganiseerd wordt. Een goede manier om patiënten te bereiken is om bij lopende activiteiten aan te sluiten. Voor de doelgroep is de drempel om daar te komen lager dan bij een nieuwe bijeenkomst.



Stappenplan voor een praktische voorbereiding

Een goede voorbereiding is belangrijk voor een bijeenkomst. Wie wil je uitnodigen? Waaraan kun je denken bij de locatie van een fysieke bijeenkomst of in digitale setting? Onderstaande stappen helpen je daarbij. Tip bij de voorbereiding is om samen op te trekken met patiëntorganisaties, ziekenhuizen en/of klinieken in je netwerk (gezamenlijk organiseren).


Zes weken voor de bijeenkomst:



1 Bepaal het doel, de doelgroep, de periode, duur en locatie van de bijeenkomst

Wanneer je een bijeenkomst wilt organiseren start je met het bepalen van:

- **De doelgroep van je bijeenkomst:** het is belangrijk dat alles in je voorbereiding is afgestemd op de doelgroep. Bepaal deze dus als eerste. Is je bijeenkomst alleen voor patiënten? Zijn naasten ook welkom?³ Gaat het om een bepaald ziektebeeld? Benoem de doelgroep zo specifiek mogelijk. Je doelgroep is het vertrekpunt voor je programma en de producten die je kiest. Let daarbij ook op: leeftijd, taal, gezondheidsvaardigheden, digitale vaardigheden en fysieke beperkingen. *Gebruik hiervoor de variatie- en personaliseeropties benoemd in de notities van de PowerPoint en de werkvormen van de producten.*
- **Het doel van de bijeenkomst:** bepaal wat je met je bijeenkomst wilt bereiken. Wil je de doelgroep informeren over Samen Beslissen? Of wil je juist zorgen dat patiënten met elkaar ervaringen uitwisselen? Dit is van belang zodat je kunt kiezen welk product je uit de toolkit in gaat zetten (zie ook keuzehulp op pagina 7). Voor hulp bij een goed plan voor de bijeenkomst, zie [dit voorbeeldplan](#).
- **Periode:** kies in welke periode je de bijeenkomst wil organiseren en houd rekening met eventuele vakanties, feestdagen en andere bijeenkomsten (voor patiënten) in de organisatie of landelijk voor de doelgroep. Plan zo snel mogelijk een datum!
- **Duur en tijdstip:** bepaal de duur en het tijdstip van het programma van de bijeenkomst. Zet je een product in bij een bestaande of bredere bijeenkomst? Stem af hoeveel tijd voor het onderdeel Samen Beslissen beschikbaar is.

³ In deze toolkit vind je dit symbool , dat betekent dat deze onderdelen bij uitstek geschikt zijn voor bijeenkomsten met naasten.



- **Locatie:** de locatie - fysiek of digitaal - van de bijeenkomst is bepalend voor de mogelijkheden van de werkvormen die je inzet. Reserveer tijdig een locatie bij fysieke bijeenkomsten. Wanneer je digitaal een bijeenkomst gaat organiseren, kies een applicatie (bijvoorbeeld Zoom, Microsoft Teams) waar je al bekend mee bent en een account voor hebt, maar kijk hierbij ook naar de gebruiksvriendelijkheid voor patiënten. *Uit ervaring blijkt dat de meeste mensen bekend zijn met Microsoft Teams.*

2 Maak afspraken over de taakverdeling

Maak goede afspraken over wie wat doet: wat moet geregeld worden? Denk aan:

- **Uitnodigen van patiënten.** Ga je patiënten alleen op uitnodiging vragen (bijvoorbeeld bij een ziektespecifieke doelgroep) of doe je een open oproep? En, bepaal welke groeps grootte je aanhoudt voor de bijeenkomst. *Onder een kleine bijeenkomst verstaan we minder dan tien patiënten, een middelgrote bijeenkomst minder dan 30 patiënten en een grote bijeenkomst meer dan 30 patiënten. [Hier](#) vind je tips voor het werven van patiënten.*
- Regelen van **computer, beamer** en eventuele internetverbinding voor films en/of PowerPoint.
- Catering (eventueel lunch/diner en/of thee/koffie).
- Wie is er namens de organisatie aanwezig (denk aan sprekers, begeleiders, patiëntvertegenwoordigers).
- Maak afspraken over wat jij doet en schakel je collega's in.

3 Maak een uitnodiging

Maak een uitnodiging voor de patiënten (zie [voorbeeldbrief](#)). Zet er in ieder geval in hoe de bijeenkomst patiënten kan helpen, wat het oplevert (het doel) en of patiënten zich vooraf moeten aanmelden. Benoem ook voor wie de bijeenkomst is (doelgroep), de datum, tijd en locatie (fysiek/digitaal) en mogelijk al wat informatie over het programma.

4 Nodig de patiënten uit

Nodig de patiënten via passende kanalen uit, bijvoorbeeld per mail of persoonlijk. [Hier](#) vind je tips voor het werven van patiënten.

1-2 weken voor bijeenkomst:



1 Maak apparatuur klaar voor gebruik

Bij een fysieke bijeenkomst, regel de apparatuur:

- Beamer
- Eventuele internetverbinding
- Een USB-stick met de producten van de toolkit die je gaat gebruiken

Test de apparatuur van tevoren in de ruimte waar de bijeenkomst georganiseerd wordt. Controleer het beeld en het geluid.

Bij een digitale bijeenkomst test of 'link' naar de digitale omgeving werkt. Test daarbij of het lukt om je scherm te delen, het geluid en de microfoon werkt en de camera het doet. Verschillende functionaliteiten kun je vooraf doornemen op de supportpagina^{4,5}. Leg eventueel contact met de ICT-afdeling voor hulp.

2 Controleer de ruimte en leg materiaal klaar

Ga alvast eens naar de ruimte, bij een fysieke bijeenkomst, om te kijken of alle benodigdheden aanwezig zijn, bijvoorbeeld:

- Staan er (voldoende) stoelen klaar?
- Is er een flipover?
- Is er genoeg ruimte voor de werkvormen?

Print materiaal, voor jezelf en voor patiënten, zoals:

- Deelnemerslijst
- Stellingkaarten (wanneer je product 5 gebruikt)
- Overige materialen

3 Bereid je goed voor

Neem dit draaiboek, de producten en bijbehorende werkvormen mee. Controleer goed of het programma past in de duur van de bijeenkomst.

⁴ Support Microsoft Teams. Bron: <https://support.microsoft.com/nl-nl/teams>

⁵ Support Zoom. Bron: <https://support.zoom.us/hc/en-us>

Voorbeelduitnodiging

Vul de **rode** woorden zelf in en pas aan naar eigen situatie! Als je wil dat de patiënten iets voorbereiden, voeg dit ook nog toe!

Onderwerp: Uitnodiging Bijeenkomst over 'Samen Beslissen'

Beste mevrouw/meneer,

Wij nodigen je graag uit voor een bijeenkomst over Samen Beslissen. De bijeenkomst is bedoeld voor iedereen die te maken heeft met zorg (voor jezelf of een naaste). Het is goed om te weten dat je in (zorg)behandelingen altijd wat te kiezen hebt. Samen met zorgverleners kun je kiezen welke behandeling het beste past. Maar erover praten is niet altijd makkelijk. Om je hierbij te helpen organiseren we deze bijeenkomst.

In een prettige sfeer praten wij over:

- Wat Samen Beslissen is
- Welke vragen je kan stellen aan je zorgverlener
- Ervaring van andere patiënten over Samen Beslissen
- Wat voor jou belangrijk is

De bijeenkomst is gratis, en er is **koffie** en **thee**.

Datum: **dag-maand-jaar**
Tijdstip: **starttijd - eindtijd**
Locatie: **locatiennaam [adres] OF digitaal**
Link: **[optioneel] [hyperlink naar digitale vergadering]**
Aanmelden: Aanmelden door een mail te sturen naar: **mailadres of via [optioneel] [link naar website]**
Telefonisch aanmelden kan bij: **Naam en nummer**

Bij vragen horen wij graag van je en we zien je graag terug op **datum**.

Met vriendelijke groet **naam/namen invullen**



Voorbeeld (ingevuld) plan voor een bijeenkomst

Tijdsplan bijeenkomst voor patiënten over Samen Beslissen

Verwachte of aangenomen beginsituatie:

Het doel van de bijeenkomst is om patiënten te informeren over Samen Beslissen en hier op een interactieve en leuke manier mee aan de slag te gaan. De doelgroep zijn patiënten die bij ziekenhuis/kliniek X in behandeling zijn (geweest). De groepsgrootte is 12 personen. De datum van de bijeenkomst is op 25 maart. Het programma duurt van 09.00 - 10.00 uur en is op locatie in vergaderruimte 1 (beschikt over een beamer, flipover en biedt voldoende ruimte voor de werkvormen).

Vorbereiding:

Er is geen voorbereiding nodig van de patiënten.



Product	Tijd	Doel Inhoud / Leerstof	Activiteit begeleider (werkvorm)	Activiteit patiënten	Hulp- middelen	Welke vragen kan ik stellen? Hoe geef ik feedback?
-	09.00 - 09.10	Kennismaken en bijeenkomst openen	Begeleider stelt zich voor.	Iedere patiënt stelt zich voor met naam	Naam- kaarten	Begeleider vraagt of iedere patiënt zijn/haar naam bij het voorstellen op de naamkaart schrijft.
Product 2	09.10 - 09.20	Samen Beslissen <ul style="list-style-type: none"> • Wat is Samen Beslissen? • Jouw rol als patiënt • Dit kan jou helpen! 	Begeleider vertelt informatie uit notities per dia	Patiënten luisteren naar de uitleg van begeleider	Beamer PowerPoint product 2	Begeleider vraagt per onderdeel van product 2 aan één patiënt: <ul style="list-style-type: none"> • Wat neem je mee? • Heb je zelf nog tips of ervaringen om te delen?
-	09.20 - 09.25	Vragen/ evaluatie	Begeleider vraagt aan patiënten of er vragen zijn	Patiënten stellen vragen aan medepatiënten en/of begeleider	Beamer PowerPoint Product 2	Begeleider geeft compliment als er vanuit de groep een vraag wordt gesteld of ervaring wordt gedeeld. <ul style="list-style-type: none"> • Wanneer begeleider het antwoord op de vraag niet weet, schrijft hij/zij deze op en koppelt terug hier op de mail informatie over na te sturen.
Product 4	09.25 - 09.55	Interactief aan de slag met wat ertoe doet	Begeleider introduceert werkvorm (zie product 4)	Patiënten gaan in kleine groepjes aan de slag met product 4	Beamer PowerPoint product 4 Werkvorm product 4 Flipover Post-its Stiften/ pennen	Begeleider loopt rond tijdens de werkvorm en geeft feedback en moedigt aan.
-	09.55 - 10.00	Afsluiten en evaluatie	Begeleider bedankt patiënten voor deelname		-	Begeleider kan vragen of patiënten nog informatie achteraf willen ontvangen.

Format (leeg) plan voor een bijeenkomst

Tijdsplan bijeenkomst voor patiënten over Samen Beslissen

Verwachte of aangenomen beginsituatie:

Beschrijf hier informatie over:

- Het doel van de bijeenkomst
- De doelgroep (en eventuele kenmerken)
- De periode/datum
- De duur van het programma
- De locatie (fysiek of digitaal)

Vorbereiding:

Beschrijf hier als er een voorbereiding van de patiënten wordt gevraagd.

Product	Tijd	Doel Inhoud/Leerstof	Activiteit begeleider (werkvorm)	Activiteit patiënten	Hulp- middelen	Welke vragen kan ik stellen? Hoe geef ik feedback?

Voorbeeld initiatieven en producten

In het onderstaand overzicht vind je een aantal voorbeelden en initiatieven ter ondersteuning van Samen Beslissen. Klik op de link om het voorbeeld te openen. Deze voorbeelden kun je ter inspiratie raadplegen én delen voor of in de bijeenkomst. Onderstaande lijst is niet uitputtend, maar dient ter inspiratie. Deel zelf ook voor-beelden uit de eigen praktijk die relevant zijn en aansluiten bij de doelgroep van de bijeenkomst. Initiatieven uit deze lijst zijn ook als bron gebruikt voor deze toolkit.

Thema	Product	Vorm	Doelgroep	Doel
Samen Beslissen algemeen	Kennismodule Samen Beslissen voor belangenbehartigers	Online kennis-module	Belangenbehartigers, begeleider van bijeenkomst <i>Tip: neem deze ter voorbereiding op de bijeenkomst met patiënten door (optioneel)</i>	Kennis opdoen over wat Samen Beslissen inhoudt en hoe je je als belangenbehartiger kunt inzetten voor Samen Beslissen
	Samen Beslissen	Film	Patiënten en naasten	Informeren over Samen Beslissen en tips hoe de patiënt samen met de zorgverlener een bewuste keuze kan maken
	Belevingswereld arts en patiënt (Odile Kramer)	Film	Patiënten/artsen	Informeren over Samen Beslissen en waarom het niet vanzelfsprekend is
	Belevingswereld arts en patiënt (Brechtje Bolhuis)	Film	Patiënten/artsen	Informeren over Samen Beslissen en waarom het niet vanzelfsprekend is
	Wat is gedeelde besluitvorming?	Film	Patiënten en naasten	Informeren over gedeelde besluitvorming
	Campagne Samen Beslissen	Website	Patiënten, naasten, zorgverleners	Informeren en ondersteunen bij Samen Beslissen
	Campagne Samen Beslissen	Film, folder, poster	Begeleider van bijeenkomst <i>Tip: laat deze zien tijdens de bijeenkomst met patiënten</i>	Verzamelplek van downloadbare items over Samen Beslissen

Thema	Product	Vorm	Doelgroep	Doel
Samen Beslissen algemeen vervolg	Mijn Kwaliteit van Leven ervaringsverhalen	Artikelen	Patiënten met (en naasten) een chronische aandoening of beperking	Ervaringsverhalen van andere patiënten over keuzes maken
	Nierwijzer	Website, films	Nierpatiënten en mantelzorgers	Informeren over Samen Beslissen en ervaringen. Inspiratie hoe de patiënt samen met de nefroloog of andere zorgverlener een bewuste keuze kan maken voor een passende behandeling
Vorbereiden en voeren gesprek	3 goede vragen	Website, folder, poster	Patiënten, naasten en zorgverleners	3 goede vragen, tips en ervaringen voor Samen Beslissen
	B-Bewust	Website, checklist	Borstkankerpatiënten en naasten	Informeren en ondersteunen van (borstkanker)patiënten bij het voorbereiden van gesprekken met zorgverlener
	Vragen aan de oogarts	Website, voorbeeldvragen	Patiënten met oogproblemen en naasten	Informeren en ondersteunen van patiënten met oogproblemen bij het voorbereiden van vragen voor gesprekken met de oogarts
	Gesprekskaart NFK	Kaart met vragen	Patiënten met kanker die weten dat ze niet meer zullen genezen, naasten	Informeren en voorbereiden van vragen voor gesprek in spreekkamer over lichaam, gevoel, leven en einde leven
	Vragenlijst arts	Website met vragen	Longpatiënten en naasten	Informeren over gesprek met longarts
Behandelingen vergelijken	Keuzehulpen Onder andere via: PATIENT+ ZorgKeuzeLab Thuisarts.nl	Keuzehulp	Patiënten en zorgverleners	Informeren en voorbereiden van gesprek tussen zorgverlener en patiënt. Helpt keuzes in behandelingen te maken
	Consultkaart Consultkaarten in beeld	Website, consultkaarten	Patiënten, naasten en zorgverleners	Informeren over behandeling en mogelijke keuzes

Thema	Product	Vorm	Doelgroep	Doel
Eigen waarden en voorkeuren	<u>Wat ertoe doet</u>	Website met vragen	Patiënten en naasten	In beeld krijgen wat belangrijk is in het leven van de patiënt
	<u>Mijn kwaliteit van leven</u>	Online vragenlijst	Patiënten en mantelzorgers	In beeld krijgen wat belangrijk is in het leven van de patiënt
Informatie over behandelingen	<u>Thuisarts</u>	Website	Patiënten	Informereren over gezondheid en ziekte
	<u>Praatkaarten kanker</u>	Praatkaart	Patiënten met kanker, oncologieverpleegkundigen en oncologen	Begrip en ondersteunen van Samen Beslissen met eenvoudige uitleg in woord en beeld
Informatie over ziekte en behandeling	<u>Praatkaarten</u>	Praatkaart	Patiënten en zorgverleners van reuma, ziekte van Crohn en/of colitis ulcerosa	Begrip en ondersteunen van Samen Beslissen met eenvoudige uitleg in woord en beeld.
	<u>Patiëntenorganisatie, onder andere via Patiëntenfederatie Nederland en Zorgkaart Nederland</u>	Website	Patiënten en naasten	Informatie over ziekte en behandeling



4. Tips en werkvormen per product



Algemene informatie product 3

'Ervaringen en tips van patiënten'

Doel: Patiënten inspireren elkaar en leren van elkaar door het delen van ervaringen met en tips voor Samen Beslissen. Dit helpt in het gesprek met de zorgverlener.


Korte omschrijving: Tijdens de bijeenkomst worden een of meerdere korte films getoond waarin patiënten ervaringen en tips delen voor Samen Beslissen. De werkvorm faciliteert het gesprek tussen patiënten hierover.

Varianten: Er is een fysieke en een digitale werkvorm. Van beide werkvormen is ook een korte variant mogelijk, indien de tijd beperkt is.

Documenten

Dit product bestaat uit:

- De werkvorm, dit document.
- De PowerPoint, geschikt om te laten zien bij fysieke én digitale bijeenkomsten.
- Zes films.

Vorbereiding: Je hebt keuze uit zes films die je tijdens de bijeenkomst kan laten zien. Hier vind je een overzicht van de zes patiënten in de films en enkele kenmerken van zijn/haar verhaal. Vanuit verschillende overwegingen kan je kiezen: zoals op basis van ziektebeeld, situatie patiënt, leeftijd, (complexiteit van) gegeven tips en betrokkenheid van naasten . Bepaal welke film(s) passend is/zijn bij je doelgroep en welke werkvorm of variant je wil inzetten. Kies een of meerdere films afhankelijk van de duur van de bijeenkomst.

Belangrijk! Meninge verschillen van persoon tot persoon. Het is belangrijk om een setting te creëren waarin niet wordt geoordeeld over de mening van een ander. Ook kan het zijn dat iemands antwoord op een vraag wijzigt over de tijd; dit kan je ook benoemen.

Stappenplan

Fysieke bijeenkomst

1 Zet de film(s) klaar en start de PowerPoint presentatie op. Controleer of het beeld en geluid van de film(s) werkt.

2 Introduceer het product en geef uitleg. Hieronder volgt een voorbeeld introductie:

“We gaan kijken naar films waarin patiënten ervaringen en tips delen voor Samen Beslissen met de zorgverlener. Zij vertellen bijvoorbeeld hoe ze aan informatie over hun ziekte en behandeling komen. Ook vertellen ze hoe ze samen met hun zorgverlener een beslissing kunnen maken over de behandeling. Na het kijken van de film(s) gaan we samen praten over wat je herkenbaar vindt in de films, wat niet, en welke tip jou kan helpen.”

3 Laat de film(s) zien.

4 Toon de vragen uit de PowerPoint presentatie op het scherm.

5 Verdeel de groep in groepjes van twee of drie personen.

6 Vraag de groepjes om de vragen op het scherm met elkaar te bespreken en antwoorden met elkaar te delen. Geef de groepjes tussen de 5 en 10 minuten de tijd voor de vragen op dia 3 van de PowerPoint presentatie (**“Wat vind je herkenbaar?”** en **“En wat niet?”**) en daarna tussen de 5 en 10 minuten voor dia 4 (**“Welke tip kan jou helpen?”** en **“Welke tip wil je anderen geven?”**).

7 Vraag de groepjes om af te ronden.

8 Optioneel: Waarschijnlijk lukt het niet om alle films te tonen, daarom staan op dia 5 en 6 alle tips van de zes patiënten bij elkaar. Toon, indien er voldoende tijd is, dia 5 en/of 6 op het scherm en lees de tips één voor één voor. Bespreek de tips met de groep, bijvoorbeeld door het stellen van de vraag:

* Welke tip kan jou helpen?

- 9 Sluit af door de groep de volgende vragen te stellen:
- Hoe vonden jullie het om dit samen te bespreken?
 - Heb je nog een tip voor de hele groep?

Stap 8 en 9 werken het beste via de zogenoemde popcorn-methode. Dit betekent dat iedereen antwoord mag geven wanneer zij daar klaar voor zijn. Er is geen verplichting. De rest luistert actief en neutraal. Als niet direct wordt geantwoord, helpt het om nog iets langer stil te zijn. Er zal vanzelf iemand antwoorden.

Variant: korte tijdsduur (max. 15 minuten)



Sla stap 4 t/m 9 over wanneer er weinig tijd beschikbaar is. Toon na stap 3 de vragen van dia 4 van de PowerPoint presentatie op het scherm ("**Welke tip kan jou helpen?**" en "**Welke tip wil je anderen geven?**"). Geef, via bovengenoemde popcorn-methode, twee of drie mensen de ruimte om te antwoorden en sluit af.



Stappenplan

Digitale bijeenkomst

De digitale werkvorm is moeilijker voor mensen met weinig of geen digitale vaardigheden. Sluit met de gekozen werkvorm aan op de vaardigheden van de doelgroep van de bijeenkomst.

- 1 Zet de film(s) klaar en start de PowerPoint presentatie op. Controleer of het beeld en geluid van de film(s) werkt.
- 2 Introduceer het product en geef uitleg. Hieronder volgt een voorbeeld introductie:

“We gaan kijken naar films waarin patiënten ervaringen en tips delen voor Samen Beslissen met de zorgverlener. Zij vertellen bijvoorbeeld hoe ze aan informatie over hun ziekte en behandeling komen. Ook vertellen ze hoe ze samen met hun zorgverlener een beslissing kunnen maken over de behandeling. Na het kijken van de films gaan we samen praten over wat je herkenbaar vindt in de films, wat niet, en welke tip jou kan helpen.”

- 3 Laat de film(s) zien.
- 4 Toon de vragen uit de PowerPoint presentatie op het scherm.
- 5 Bespreek de vragen gezamenlijk via de zogenoemde popcorn-methode. Dit betekent dat iedereen antwoord mag geven wanneer zij daar klaar voor zijn. Er is geen verplichting. De rest luistert actief en neutraal. Als niet direct wordt geantwoord, helpt het om nog iets langer stil te zijn. Er zal vanzelf iemand antwoorden. Neem 5 tot 10 minuten de tijd voor dia 3 (**“Wat vind je herkenbaar?”** en **“En wat niet?”**) en 5 tot 10 minuten voor dia 4 (**“Welke tip kan jou helpen?”** en **“Welke tip wil je anderen geven?”**).
- 6 Optioneel: Waarschijnlijk lukt het niet om alle films te tonen, daarom staan op dia 5 en 6 alle tips van de zes patiënten bij elkaar.

Toon, indien er voldoende tijd is, dia 5 en/of 6 op het scherm en lees de tips één voor één voor. Bespreek de tips met de groep, bijvoorbeeld door het stellen van de vraag:

* Welke tip kan jou helpen?

- 7 Sluit af door de groep de volgende vraag te stellen:
- Hoe vonden jullie het om dit samen te bespreken?

Laat patiënten in stap 6 en 7 antwoorden via bovengenoemde popcornmethode.

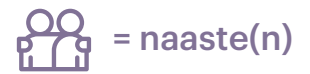
Variant: korte tijdsduur (max. 15 minuten)




Sla stap 4 t/m 7 over wanneer er weinig tijd beschikbaar is. Toon na stap 3 de vragen van dia 4 van de PowerPoint presentatie op het scherm ("**Welke tip kan jou helpen?**" en "**Welke tip wil je anderen geven?**"). Geef, via bovengenoemde popcornmethode, twee of drie mensen de ruimte om te antwoorden en sluit af.



Overzicht films



Je hebt keuze uit zes films die je tijdens de bijeenkomst kan laten zien. Hieronder staat een overzicht van de zes patiënten in de films en enkele kenmerken van zijn/haar verhaal. Het icoontje  geeft aan welke films vooral geschikt zijn voor bijeenkomsten met naasten erbij, omdat hierin de rol van naasten wordt benoemd. Vanuit verschillende overwegingen kan je kiezen voor een of meerdere films, zoals op basis van ziektebeeld, situatie patiënt, leeftijd, (mate van complexiteit van) gegeven tips en betrokkenheid van naasten.


Jarno
28 jaar
Vriendin
Film
Wandelen
Koken
MS



- Chronisch ziek
- Impact: van baan veranderd
- Naaste nauw betrokken 
- Zelf weinig meegekregen in gesprek
- Dagboek bijhouden met klachten voor het goede gesprek met zorgverlener


Mariska
47 jaar
Moeder
Zoon
Vriend
Natuur
Schrijven
Lymfeklierkanker



- Langdurig ziek, niet chronisch
- Impact: steeds kijken wat kan ik vandaag? onzekerheid voor de toekomst
- Verschillende informatiekanalen
- Naaste nauw betrokken 
- Gesprekken goed voorbereiden

Christina
69 jaar
Moeder
2 kinderen
Echtgenoot
Lezen
Wandelen
Nierfalen



- Chronisch ziek
- Impact: vermoeidheid
- Gebruik betrouwbare informatie
- Samenvoegen van medische kennis en wat ik belangrijk vind in mijn leven
- Keuzes ook invloed op naasten 
- Voer de regie over je eigen leven



Marlies
50 jaar
Moeder
2 kinderen
Cello
Endometriose
Klaplongen



- Langdurig ziek, niet chronisch
- Diagnose pas na vier jaar bekend
- Impact: aan huis gebonden
- Goede voorbereiding van gesprekken
- Veel informatie verzameld via veel kanalen
- E-mailcontact met zorgverlener


Mike
60 jaar
Gehuwd
2 kinderen
Opa
Lekker eten
Colitis ulcerosa (dikkedarmontsteking)



- Kortdurend ziek
- Impact: sociaal leven
- Goed, uitgebreid gesprek met zorgverleners
- Durf te vragen!
- Het is jouw lijf

Ingrid
67 jaar
Moeder
2 kinderen
Knutselen
Naaïen
Staar



- Kortdurende klachten/behandeling
- Impact: dagelijks leven en hobby's
- Heel positief over zorgverlener
- Schrijf je vragen op
- Vraag door totdat je het begrijpt
- Neem een naaste mee 
- Domme vragen bestaan niet

Algemene informatie product 4

'Dit vind ik belangrijk!'

Doel: Patiënten stimuleren om na te denken over wat zij belangrijk vinden in hun leven. Dit helpt om inzicht te krijgen in hun voorkeuren en omstandigheden, die meespelen in het maken van keuzes.

Korte omschrijving: Stel vier vragen aan de patiënten. Ze zijn opgesteld door de Harteraad en ook te vinden zijn op de website: Wat er toe doet. Door dit in de bijeenkomst met elkaar te bespreken kan men leren dat er verschillen zijn in wat eenieder belangrijk vindt.

Vraag 1 Wat is voor mij belangrijk in het leven?



Mijn familie



Mijn relatie



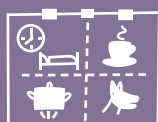
Mijn lichamelijke gezondheid



Mijn psychische gezondheid



Mijn huis en buurt



Wat ik elke dag doe



Mijn vrienden



Mijn persoonlijke groei

Dat ik overal naartoe kan gaan



Vraag 2 Wat is **NU** voor mij belangrijk in het leven?



Mijn familie



Mijn relatie



Mijn lichamelijke gezondheid



Mijn psychische gezondheid



Mijn huis en buurt



Wat ik elke dag doe



Mijn vrienden



Mijn persoonlijke groei

Dat ik overal naartoe kan gaan



Vraag 3 Wat wil ik kunnen doen?

Dit is een open vraag, geef een suggestie.
Bijvoorbeeld 'naar mijn wekelijkse biljartavond gaan'.



Vraag 4 Wat heb ik nodig om dit te kunnen doen?



Energie hebben



Kunnen bewegen of sporten



Ontspannen voelen



Tevreden met mezelf zijn



Uit mijn woorden komen



Helder denken en dingen kunnen onthouden



Vertrouwen hebben



Zelf dingen kunnen doen



Minder last van klachten hebben



Plezier kunnen hebben

naar inhoudsopgave



Varianten: Er is een fysieke en een digitale werkvorm. Van beide werkvormen is ook een korte variant mogelijk, indien de tijd beperkt is (minder dan 20 minuten). Daarnaast zijn er varianten op de fysieke werkvorm mogelijk wanneer de groep groot is, de ruimte klein is of er patiënten deelnemen met een lichamelijke beperking.

Documenten

Dit product bestaat uit:

- De werkvorm, dit document.
- De PowerPoint, geschikt om te laten zien bij fysieke én digitale bijeenkomsten.
- Het (printbare) invulformulier.

Vorbereiding: Dit product maakt gebruik van de vragen van de Harteraad, zie vorige pagina en op de website: Wat er toe doet. Raadpleeg de website voor een goede voorbereiding. Eventueel kan je de vragen voorafgaand aan de bijeenkomst opsturen naar de patiënten, zodat zij hier alvast over na kunnen denken. Tijdens de fysieke bijeenkomst heb je 9 grote vellen papier (flipovers), een stapel kleine notitievelletjes (post-its) en pennen of stiften nodig.

Belangrijk! Benoem tijdens de bijeenkomst dat meningen onderling kunnen verschillen, maar ieder antwoord goed is en antwoorden kunnen veranderen over tijd. Het is belangrijk dat er niet wordt geoordeeld over anderen.

Het creëren van een veilige omgeving voor de patiënten is dus een belangrijke voorwaarde voor het succes van dit product. Houdt er rekening mee dat dit moeilijker kan zijn bij een digitale bijeenkomst. Je kan ook de korte variant van de digitale werkvorm kiezen. Hierin wordt minder uitgewisseld tussen de patiënten.

Mocht er een patiënt deelnemen die je al wat beter kent, kan je vragen of hij/zij het voortouw wil nemen. Dit kan de overige patiënten op weg helpen en bijdragen aan het creëren van een veilige omgeving.

Wanneer er **naasten bij de bijeenkomsten** zijn, geef dit dan expliciet aandacht in het bespreken van de vragen. Bijvoorbeeld, vraag de naasten in hoeverre de antwoorden ook hen kunnen helpen en geef aan dat ook naasten kunnen helpen in het bespreekbaar maken van dit onderwerp in de spreekkamer bij de zorgverlener.

Stappenplan

Fysieke bijeenkomst

1 Schrijf de negen onderwerpen van vraag 1 en 2 op flipovers en hang deze verspreid over de ruimte (dit kan je ook voorafgaand aan de bijeenkomst of na stap 2 doen).

2 Introduceer het product en geef uitleg. Een voorbeeld introductie:

“Wat belangrijk is voor jou in je leven is heel persoonlijk. Als je weet wat voor jou belangrijk is, dan helpt dat bij het kiezen voor de zorg die het beste bij jou past. We bekijken 4 vragen om erachter te komen wat voor jou belangrijk is. Omdat dit voor iedereen anders is, is het belangrijk om hier met je zorgverlener over te praten.”

3 Geef iedereen vijf post-its en een pen.

4 Toon vraag 1 **“Wat is voor mij belangrijk in het leven?”**, inclusief antwoorden, op het scherm en lees deze voor.

5 Geef zelf of laat een patiënt die je al wat beter kent een voorbeeld antwoord geven op de vraag. Dit helpt de groep op weg en draagt bij aan het creëren van een veilige omgeving.

6 Geef de patiënten de tijd om na te denken over de vraag en laat ze niet meer dan drie onderwerpen kiezen. Mocht een patiënt een ander onderwerp belangrijk vinden die hier niet tussen staat, mag hij of zij dit natuurlijk ook kiezen. Vraag de patiënten om ieder gekozen onderwerp op een aparte post-it te schrijven.

7 Toon vraag 2 **“Wat is NU voor mij belangrijk in het leven?”**, inclusief antwoorden, op het scherm en lees deze voor.

8 Geeft de patiënten de tijd om na te denken en laat ze één onderwerp kiezen uit hun antwoord(en) op vraag 1. Geef aan dat ze kiezen voor het onderwerp dat nu het meest belangrijk voor ze is. Laat de patiënten de andere post-its wegleggen.

- 9 Vraag de patiënten bij de flipover te gaan staan van hun onderwerp naar keuze.
- 10 Maak per onderwerp groepen van drie personen (afhankelijk van de groepsgrootte kunnen dit er ook twee of vier zijn). Bijvoorbeeld: drie patiënten staan bij het onderwerp 'familie', zij vormen samen een groepje. Wanneer patiënten alleen bij een onderwerp staan, maak dan gecombineerde groepjes van patiënten met verschillende onderwerpen.

Het voordeel van groepjes met hetzelfde onderwerp is dat de patiënten dezelfde dingen belangrijk vinden in het leven en daarom goed met elkaar mee kunnen denken. Het voordeel van groepjes met verschillende onderwerpen is dat ze elkaar kunnen inspireren door juist een andere kant te belichten, wat kan leiden tot eyeopeners.

- 11 Vraag de groepjes om aan elkaar uit te leggen waarom dit onderwerp voor hen NU belangrijk is in het leven.
- 12 Toon vraag 3 **“Wat wil ik kunnen doen?”** op het scherm en lees deze voor.
- 13 Vraag patiënten om binnen het groepje om de beurt aan elkaar antwoord te geven op deze vraag: wat wil je kunnen doen en wat wil je kunnen doen in relatie tot je ziekte of behandeling. De andere patiënten bieden een luisterend oor en waar zij ideeën of tips hebben voor de ander kunnen zij deze geven.
- 14 Vraag de patiënten om weer op hun plek te gaan zitten en hun antwoord op vraag 3 op te schrijven op een post-it.
- 15 Toon vraag 4 **“Wat heb ik nodig om dit te kunnen doen?”**, inclusief antwoorden, op het scherm en lees deze voor.
- 16 Geef de patiënten de tijd om na te denken over de vraag en laat ze niet meer dan twee onderwerpen kiezen en opschrijven op een post-it. Mocht een patiënt een ander onderwerp belangrijk vinden die hier niet tussen staat, mag hij of zij dit natuurlijk ook kiezen.
- 17 Sluit af door de groep een of meerdere van de volgende vragen te stellen:
 - Hoe vonden jullie het om dit samen te bespreken?
 - Heb je wat geleerd?
 - Wat ga je hiermee doen? (tip: denk bijvoorbeeld aan bespreken met familie, zorgverlener en welke dingen bespreek je dan. Verwijs eventueel naar onderdelen uit hoofdstuk 4 van het draaiboek (product 1))

De afsluiting werkt het beste via de zogenoemde popcorn-methode. Dit betekent dat iedereen antwoord mag geven wanneer zij daar klaar voor zijn. Er is geen verplichting. De rest luistert actief en neutraal. Als niet direct wordt geantwoord, helpt het om nog iets langer stil te zijn. Er zal vanzelf iemand antwoorden.

- 18** Geef alle patiënten een invulformulier met daarop de vier vragen en laat ze hun antwoorden van de afzonderlijke post-its op het formulier opschrijven.
- **Voor de begeleider:** *het formulier wordt pas na het beantwoorden van alle vragen uitgedeeld zodat men niet afgeleid raakt door de volgende vragen op het formulier. Zo heeft men steeds de volle aandacht voor de vraag die op dat moment behandeld wordt.*
- 19** Geef de tip om het formulier mee te nemen naar het gesprek met de zorgverlener om bespreekbaar te maken wat je belangrijk vindt in het leven. Wijs ook op de website Wat er toe doet waar ze het altijd opnieuw kunnen invullen.



Variant*: grote groep patiënten

Als er een groot aantal patiënten is bij een fysieke bijeenkomst, is het niet praktisch om bovenstaande werkvorm aan te houden. Bij een grote groep patiënten wijzigen stap 9 t/m 14. Daarvoor komen de volgende stappen in de plaats:

- a) Iedere patiënt vormt een twee- of drietal met de persoon (personen) naast zich.
- b) Om de beurt vertelt een patiënt waarom dit onderwerp belangrijk is voor hem/haar en beantwoordt vervolgens vraag 3. De andere patiënten bieden een luisterend oor en waar zij ideeën of tips hebben voor de patiënt kunnen deze worden gegeven.
- c) Ga verder met stap 15 van bovenstaande werkvorm.

* ook geschikt voor een kleine ruimte  en voor patiënten met lichamelijke beperkingen. 

Variant: korte tijdsduur (max. 15 minuten)



Volg onderstaand stappenplan wanneer er weinig tijd beschikbaar is en patiënten zich niet kunnen voorbereiden.

- i Bekijk gezamenlijk het filmpje over de vragenlijst van Harteraad op de website **Wat er toe doet**.
- ii Stel de groep de volgende vragen via de popcorn-methode (voor uitleg over deze methode, zie afsluiting fysieke werkvorm):
 - Wat zou je antwoorden op vraag 1 en 2 'Wat is (nu) voor mij belangrijk in het leven?' en waarom?
 - Sta je wel eens stil bij deze vraag?
 - Wat kun je hiermee doen? (tip: denk bijvoorbeeld aan bespreken met zorgverlener. Verwijs eventueel naar het inspiratieoverzicht)Geef per vraag twee of drie patiënten het woord. Als je het gevoel hebt dat de gehele groep zich prettig voelt en hiertoe lichamelijk in staat is, kan je er ook voor kiezen om een ballon of bal te gebruiken om patiënten een beurt te geven. Degene die de ballon/bal vangt, geeft antwoord op de vraag.
- iii Leg uit dat er nog twee vragen zijn die niet worden besproken. Verwijs de deelnemers naar de website **Wat er toe doet** en moedig ze aan de vragenlijst thuis volledig in te vullen.
- iv Geef de tip om het formulier mee te nemen naar het gesprek met de zorgverlener om bespreekbaar te maken wat je belangrijk vindt in het leven.

Variant: korte tijdsduur met huiswerk (max. 15 minuten)



In deze variant kan iets dieper worden ingegaan op de antwoorden van de vragen en de diversiteit daarin.

- Laat de patiënten vooraf (thuis) op **Wat er toe doet** het filmpje bekijken en de vragenlijst invullen.
- Vraag de patiënten de antwoorden op de vragen mee te nemen naar de bijeenkomst.

Start in de bijeenkomst met stap ii. van de vorige variant. Stel in plaats van stap iii. de volgende vraag:

- Wat ga je met deze antwoorden over wat jij belangrijk vindt doen? *Tip: denk bijvoorbeeld aan bespreken met familie, zorgverlener en welke dingen bespreek je dan. Verwijs eventueel naar onderdelen uit hoofdstuk 4 van het draaiboek (product 1).*
- Geef de tip om het formulier mee te nemen naar het gesprek met de zorgverlener om bespreekbaar te maken wat je belangrijk vindt in het leven.



Stappenplan

Digitale bijeenkomst

De digitale werkvorm is moeilijker voor mensen met weinig of geen digitale vaardigheden. Sluit met de gekozen werkvorm aan op de vaardigheden van de doelgroep van de bijeenkomst.

- 1 Controleer of bij alle patiënten de camera aan staat en het geluid uit en controleer of iedereen weet hoe ze het geluid aan en uit zetten. Ondersteun hier eventueel bij.
- 2 Introduceer het product en geef uitleg. Een voorbeeld introductie:

“Wat belangrijk is voor jou in je leven is heel persoonlijk. Als je weet wat voor jou belangrijk is, dan helpt dat bij het kiezen voor de zorg die het beste bij jou past. We bekijken 4 vragen om erachter te komen wat voor jou belangrijk is. Omdat dit voor iedereen anders is, is het belangrijk om hier met je zorgverlener over te praten.”

- 3 Toon vraag 1 **“Wat is voor mij belangrijk in het leven?”**, inclusief antwoorden, op het (gedeelde) scherm en lees deze voor.
- 4 Geef zelf of laat een patiënt die je al wat beter kent een voorbeeld antwoord geven op de vraag. Dit helpt de groep op weg en draagt bij aan het creëren van een veilige omgeving.
- 5 Geef de patiënten de tijd om na te denken over de vraag en laat ze niet meer dan drie onderwerpen kiezen en voor zichzelf opschrijven. Mocht een patiënt een ander onderwerp belangrijk vinden die hier niet tussen staat, mag hij of zij dit natuurlijk ook kiezen.
- 6 Toon vraag 2 **“Wat is NU voor mij belangrijk in het leven?”**, inclusief antwoorden, op het (gedeelde) scherm en lees deze voor.
- 7 Geeft de patiënten de tijd om na te denken en laat ze één onderwerp kiezen uit hun antwoord(en) op vraag 1. Geef aan dat ze kiezen voor het onderwerp dat nu het meest belangrijk voor ze is.

- 8 Toon vraag 3 **“Wat wil ik kunnen doen?”** op het (gedeelde) scherm en lees deze voor.
- 9 Vraag de patiënten hier voor zichzelf over na te denken en het antwoord, wanneer iemand dit wil delen, in de chat op te schrijven. Geef aan dat het gaat om wat je wil kunnen doen in relatie tot je ziekte of behandeling.
- 10 Vraag op basis van de input uit de chat aan drie of vier patiënten of zij hun antwoord willen uitleggen. De andere patiënten bieden een luisterend oor, en waar zij ideeën of tips hebben kunnen deze worden gedeeld.
- 11 Patiënten schrijven hun eigen antwoord en de eventuele tips die zij hebben gehoord voor zichzelf op.
- 12 Toon vraag 4 **“Wat heb ik nodig om dit te kunnen doen?”**, inclusief antwoorden, op het (gedeelde) scherm en lees deze voor.
- 13 Geeft de patiënten de tijd om na te denken over de vraag en laat ze niet meer dan twee onderwerpen kiezen en voor zichzelf opschrijven. Mocht een patiënt een ander onderwerp belangrijk vinden die hier niet tussen staat, mag hij of zij dit natuurlijk ook kiezen.
- 14 Sluit af door de groep een of meerdere van de volgende vragen te stellen:
 - Hoe vonden jullie het om dit samen te bespreken?
 - Heb je wat geleerd?
 - Wat ga je hiermee doen? *Tip: denk bijvoorbeeld aan bespreken met familie, zorgverlener. Verwijs eventueel naar onderdelen uit het inspiratieoverzicht.*

De afsluiting werkt het beste via de zogenoemde popcorn-methode. Dit betekent dat iedereen antwoord mag geven wanneer zij daar klaar voor zijn. Er is geen verplichting. De rest luistert actief en neutraal. Als niet direct wordt geantwoord, helpt het om nog iets langer stil te zijn. Er zal vanzelf iemand antwoorden.

- 15 Stuur alle patiënten een invulformulier, dit kan via de chatfunctie, met daarin de vier vragen en laat ze hun antwoorden op het formulier opschrijven.
Voor de begeleider: het formulier wordt pas na het beantwoorden van alle vragen verstuurd, zodat men niet afgeleid raakt door de volgende vragen op het formulier. Zo heeft men steeds de volle aandacht voor de vraag die op dat moment behandeld wordt.

- 16** Geef de tip om het formulier mee te nemen naar het gesprek met de zorgverlener om bespreekbaar te maken wat je belangrijk vindt in het leven. Wijs ook op de website Wat er toe doet waar ze het altijd opnieuw kunnen invullen.

Variant: korte tijdsduur (max. 15 minuten)



Hiervoor kan in het geheel de fysieke variant worden gebruikt met uitzondering van de ballon/ bal-optie.

Variant: korte tijdsduur met huiswerk (max. 15 minuten)



Hiervoor kan in het geheel de fysieke variant worden gebruikt met uitzondering van de ballon/ bal-optie.

Tips

- Optioneel kan je in plaats van de **reacties in de chat** te laten binnenkomen: ook gebruik maken van een jamboard¹ als je hiermee bekend bent. Dan werkt het digitale jamboard als flipover en kunnen mensen alsnog werken met post-its.
- Optioneel kan je in plaats van stap 8 en 9 ook **gebruik maken van break-out rooms** wanneer je hiermee bekend bent. Dan kan je dezelfde vragen stellen als bij stap 10 en 11 van de fysieke bijeenkomst.

¹ Jamboard. Bron: https://edu.google.com/intl/ALL_nl/products/jamboard/

Invulformulier

'Dit vind ik belangrijk!'

Dit formulier is van: _____

Vraag 1: Wat is voor mij belangrijk in het leven?

Zet een kruis bij wat u belangrijk vindt. Kies niet meer dan 3 onderwerpen.

<p>Mijn familie</p> 	<p>Mijn relatie</p> 	<p>Mijn lichamelijke gezondheid</p> 	<p>Mijn psychische gezondheid</p> 	<p>Mijn huis en buurt</p> 
<p>Wat ik elke dag doe</p> 	<p>Dat ik overal naartoe kan gaan</p> 	<p>Mijn vrienden</p> 	<p>Mijn persoonlijke groei</p> 	

Vraag 2: Wat is **NU voor mij belangrijk in het leven?**

Kies één onderwerp uit de drie van de vorige vraag

<p>Mijn familie</p> 	<p>Mijn relatie</p> 	<p>Mijn lichamelijke gezondheid</p> 	<p>Mijn psychische gezondheid</p> 	<p>Mijn huis en buurt</p> 
<p>Wat ik elke dag doe</p> 	<p>Dat ik overal naartoe kan gaan</p> 	<p>Mijn vrienden</p> 	<p>Mijn persoonlijke groei</p> 	

Vraag 3: Wat wil ik kunnen doen?

Bijvoorbeeld: wekelijkse avond kaarten, wandelen met de hond, kinderen naar school brengen, etc.

Vraag 4: Wat heb ik nodig om dit te kunnen doen?

Kies niet meer dan 2 onderwerpen.

Energie hebben



Kunnen bewegen
of sporten



Ontspannen
voelen



Tevreden met
mezelf zijn



Uit mijn woorden
komen



Helder denken en
dingen kunnen
onthouden



Vertrouwen
hebben



Zelf dingen kunnen
doen



Minder last van
klachten hebben



Plezier kunnen
hebben



Aantekeningen en andere vragen die ik wil stellen:

naar inhoudsopgave



Algemene informatie product 5 'Stellingspel'

Doel: Patiënten gaan met elkaar in gesprek over Samen Beslissen. Bijvoorbeeld over het maken van keuzes, het praten met zorgverlener over de behandeling en/of het voorbereiden van het gesprek met een zorgverlener.

Korte omschrijving: De patiënten krijgen een korte introductie met een stelling van de begeleider. Iedereen vormt een mening over de stelling: eens of oneens. De begeleider vraagt een aantal patiënten hun mening toe te lichten en gaat daarover met de groep in gesprek. Daarna volgt een volgende stelling

Varianten: Er is een fysieke en een digitale werkvorm. Van beide werkvormen is ook een korte variant mogelijk, indien de tijd beperkt is (minder dan 20 minuten). Daarnaast zijn er varianten op de fysieke werkvorm mogelijk wanneer de groep groot is, de ruimte klein is of er patiënten deelnemen met een lichamelijke beperking.

Documenten

Dit product bestaat uit:


- De werkvorm, dit document
- De PowerPoint, geschikt om te laten zien bij fysieke én digitale bijeenkomsten
- Een overzicht van alle stellingen inclusief toelichting voor de begeleider
- Het stellingspel dat bestaat uit printbare stellingkaarten voor fysieke bijeenkomsten.

Vorbereiding: Bij de fysieke vorm zijn stellingkaarten en een PowerPoint met de stellingen beschikbaar. Deze stellingkaarten staan hier en kun je voorafgaand aan de (fysieke) bijeenkomst printen op A5 formaat papier. Zorg dat je voldoende kaarten print; bijvoorbeeld één kaart per stelling per persoon of één kaart per stelling per duo bij variant 1. Gebruik bij de digitale vorm de PowerPoint. Kies een aantal stellingen uit, selecteer vanuit het overzicht van alle stellingen de interessante stellingen voor jouw doelgroep. De eerste drie zijn in vraagvorm geformuleerd, dit is goed als opwarmer en voor sommige doelgroepen meer geschikt omdat dit niet als waarheid kan worden opgevat. Afhankelijk van jouw groep kan je daarna overstappen naar stellingen of bij de vraag-vorm blijven.

Belangrijk! Iedere mening is goed. Je mag het eens of oneens zijn met de stelling. Er wordt niet geoordeeld over de mening van een ander. Het doel is niet om het als groep met elkaar eens te worden. Houd er rekening mee dat stellingen door patiënten als waarheden opgevat kunnen worden, benadruk dus dat stellingen bedoeld zijn om je na te laten denken of je het ergens eens of oneens mee bent.



Tips:

- **Varieer zelf met de stellingen en selecteer** afhankelijk van de doelgroep van je bijeenkomst (bijvoorbeeld behandelvormen: operatie, medicatie). Een stelling werkt het beste als iemand zich in het vraagstuk kan herkennen!
- Wanneer er **naasten bij de bijeenkomsten** zijn, geef dit dan expliciet aandacht in het bespreken van de stellingen (bijvoorbeeld door in de toelichting ook de naaste te noemen en niet alleen de patiënt). Stellingen die met dit icoon  zijn aangemerkt, zijn met name geschikt voor bijeenkomsten waar óók naasten aansluiten.
- Stellingen kunnen als vorm lastig zijn voor mensen met **lage gezondheidsvaardigheden**. Kijk dus goed naar de doelgroep voor je bijeenkomst en bepaal of deze vorm aansluit.

Stappenplan

Fysieke bijeenkomst

- 1 Introduceer het stellingspel en geef uitleg. Benoem nadrukkelijk dat geen antwoord goed of fout is en dat ieders mening van gelijke waarde is.

“Het doel van het stellingspel is om met elkaar in gesprek te gaan over Samen Beslissen. Een stelling is een uitspraak waar je het mee eens of oneens kan zijn. Een stelling hoeft niet te kloppen. Het gaat erom wat jij van de stelling vindt. Alle antwoorden zijn goed. Jullie krijgen telkens een korte introductie van de stelling. Denk voor jezelf na of je het eens of oneens bent met de stelling. Ik zal sommige van jullie vragen om kort te vertellen waarom je het eens of oneens bent met de stelling. Daarna gaan we verder met de volgende stelling. Is dit duidelijk voor iedereen?”

- 2 Lees de introductie van de stelling en de stelling voor. De tekst vind je op de stellingkaart, in het overzicht van alle stellingen en de PowerPoint. Optioneel: deel de geprinte stellingkaart van de betreffende stelling uit en/of zet de juiste slide van de PowerPoint van de betreffende stelling zichtbaar op het scherm.
- 3 Vraag iedere patiënt voor zichzelf na te denken over de stelling. Leg uit dat je links in de ruimte mag gaan staan als je het ‘eens’ bent met de stelling, en rechts in de ruimte als je het ‘oneens’ bent met de stelling.
- 4 Geef de patiënten tijd om naar een kant in de ruimte (rechts of links) te bewegen.
- 5 Vraag enkele patiënten hun keuze uit te leggen aan de groep. Laat patiënten hierin ook op elkaar reageren. Stel bijvoorbeeld de hulpvraag: wie herkent dit? Of, wie heeft een andere ervaring?
- 6 Geef een samenvatting van wat besproken is en lees de toelichting bij de stelling voor. De tekst vind je in het overzicht van alle stellingen en de PowerPoint.
- 7 Vervolg de stappen 2 t/m 7 voor de volgende stelling.

Variant 1: indien ruimte van fysieke bijeenkomst de hoofdvorm niet mogelijk maakt



Werk als alternatief in duo's. Geef elk duo een geprinte stellingkaart van de betreffende stelling en/of zet de juiste slide van de PowerPoint zichtbaar op het scherm. Laat patiënten op hun plaats zitten. Lees de introductie en stelling voor en vraag de duo's met elkaar in gesprek te gaan (3 minuten). Vraag een paar duo's naar hun mening over de stelling. Geef een samenvatting van wat besproken is en lees de toelichting bij de stelling voor.

Variant 2: indien lichamelijke beperkingen van patiënt(en) fysieke bijeenkomst de hoofdvorm niet mogelijk maakt



Werk als alternatief met opsteken van duimen. Laat patiënten op hun plaats zitten. Deel de geprinte stellingkaart van de betreffende stelling uit en/of zet de juiste slide van de PowerPoint zichtbaar op het scherm. Lees de introductie en stelling voor en vraag patiënten met één duim omhoog of omlaag aan te geven of zij het (on)eens zijn met de stelling (zie ook 'stappenplan digitale bijeenkomst') Geef een samenvatting van wat besproken is en lees de toelichting bij de stelling voor.

Stappenplan

Digitale bijeenkomst

- 1 Introduceer het stellingspel en geef uitleg. Benoem nadrukkelijk dat geen antwoord goed of fout is en dat ieders mening van gelijke waarde is.

“Het doel van het stellingspel is om met elkaar in gesprek te gaan over Samen Beslissen. Een stelling is een uitspraak waar je het mee eens of oneens kan zijn. Een stelling hoeft niet te kloppen. Het gaat erom wat jij van de stelling vindt. Alle antwoorden zijn goed. Jullie krijgen telkens een korte introductie van de stelling. Denk voor jezelf na of je het eens of oneens bent met de stelling. Ik zal sommige van jullie vragen om kort te vertellen waarom je het eens of oneens bent met de stelling. Daarna gaan we verder met de volgende stelling. Is dit duidelijk voor iedereen?”


- 2 Lees de introductie van de stelling en de stelling voor. De tekst vind je in het overzicht van alle stellingen en in de PowerPoint. Zet de juiste slide van de PowerPoint van de betreffende stelling zichtbaar op het scherm.
- 3 Vraag iedere patiënt voor zichzelf na te denken over de stelling. Leg uit dat een duim omhoog betekent dat je het ‘eens’ bent met de stelling, en een duim omlaag betekent dat je het ‘oneens’ bent met de stelling. Doe voor op de camera hoe je dit doet (zie afbeelding hieronder).

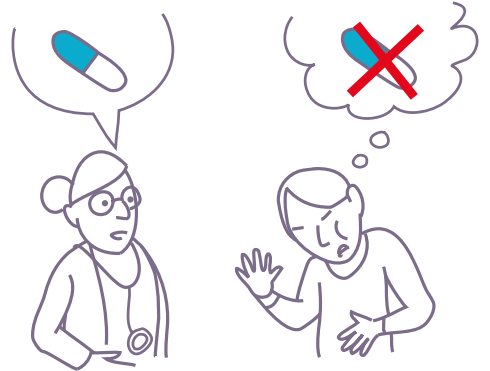
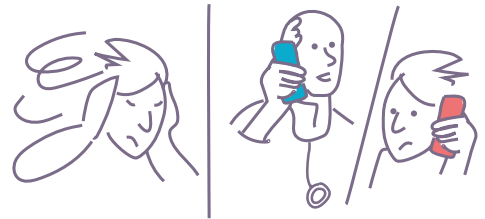






- 4 Geef de patiënten tijd om een duim omhoog of omlaag in beeld te laten zien.
- 5 Vraag enkele patiënten hun keuze uit te leggen aan de groep. Laat patiënten hierin ook op elkaar reageren. Stel bijvoorbeeld de hulpvraag: wie herkent dit? Of, wie heeft een andere ervaring?
- 6 Geef een samenvatting van wat besproken is en lees de toelichting bij de stelling voor. De tekst vind je in het overzicht van alle stellingen en de PowerPoint.
- 7 Vervolg de stappen 2 t/m 7 voor de volgende stelling.


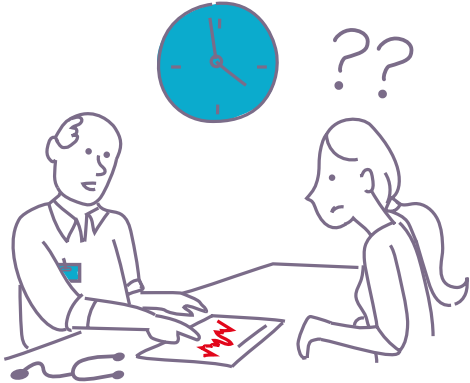
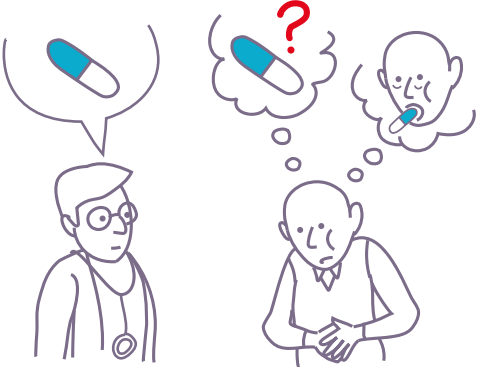

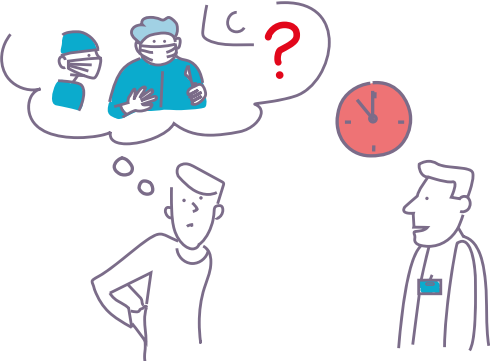
Overzicht van alle stellingen



 = ook voor naasten

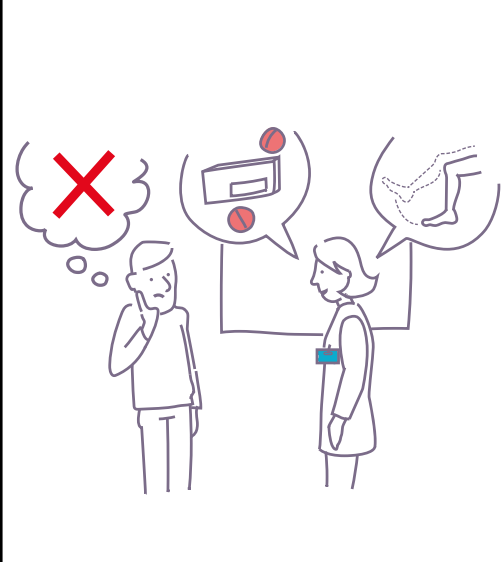
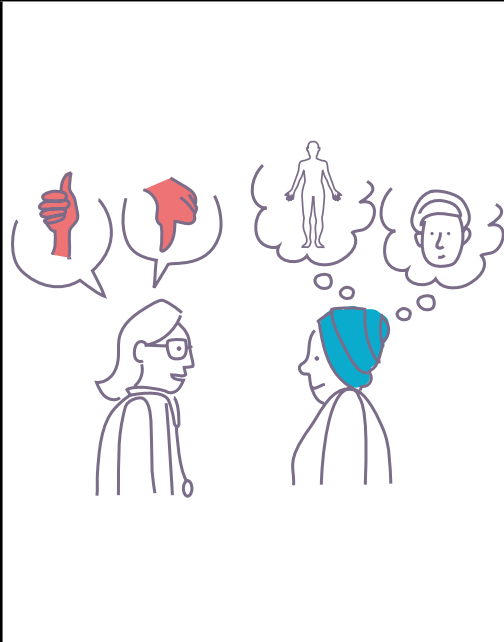
Bewustwording kiezen en hoe dan?	
<p>1</p>	<p>Introductie: Je hebt van de zorgverlener medicijnen gekregen. Je bent hierdoor vaak duizelig. Je weet niet of deze medicijnen goed zijn voor jou.</p> <p>Stelling: Als je twijfelt over jouw behandeling, praat je daar dan over met jouw zorgverlener?</p> <p>Toelichting door begeleider: Je kunt over je twijfels praten met je zorgverlener. Het is belangrijk dat je vertelt dat je bijwerkingen hebt. Er is misschien een andere behandeling mogelijk.</p>
<p>2</p>	<p>Introductie: Je gaat met pijn naar de zorgverlener. De zorgverlener vertelt dat hij graag samen met jou een beslissing wil nemen over de best passende behandeling. Dit kan zijn: een operatie of fysiotherapie.</p> <p>Stelling: Ik kan niet samen met de zorgverlener beslissen, want ik heb daar niet voor geleerd. </p> <p>Toelichting door begeleider: Om een goed besluit te kunnen nemen is het belangrijk dat de zorgverlener op de hoogte is van jouw situatie en wensen (wat jij belangrijk vindt). Zo komt de kennis van de zorgverlener samen met jouw kennis over jouw persoonlijke wensen.</p>
<p>3</p>	<p>Introductie: Je gaat met pijn naar de zorgverlener. De zorgverlener stelt voor om een medicijn te nemen. Je hebt dit medicijn eerder gebruikt en toen werd je er misselijk van. Er zijn geen andere medicijnen volgens de zorgverlener.</p> <p>Stelling: Ik mag ervoor kiezen om dit medicijn niet te nemen.</p> <p>Toelichting: Niets doen/afwachten is ook een optie. Soms gaat de pijn vanzelf over of gaat het iets beter. Als je de misselijkheid van de medicijnen vervelender vindt dan de pijn, is afwachten of niets doen ook altijd een optie. Ook mag je op een later moment terugkomen op je beslissing. Bespreek dit wel altijd met je zorgverlener!</p>



Bewustwording kiezen en hoe dan?	
<p>4 Introductie: Je ligt in het ziekenhuis/kliniek. De dokter en verpleegkundige komen samen je kamer binnen. Ze vertellen jou dat zij het beter vinden als je nog langer in het ziekenhuis/kliniek blijft.</p> <p>Stelling: Samen Beslissen betekent dat de artsen en verpleegkundigen samen beslissen over wat goed voor mij is.</p> <p>Toelichting: Met Samen Beslissen bedoelen we dat de patiënt en zorgverlener samen een keuze maken. Samen ga je op zoek naar wat in jouw situatie het beste past. De patiënt vertelt wat voor hem/haar belangrijk is en de zorgverlener vertelt wat medisch mogelijk is.</p>	
<p>5 Introductie: Je hebt een gesprek gehad met de zorgverlener en die adviseert een operatie. Dat komt voor jou nu niet goed uit. Ook is er een kans dat de klachten vanzelf minder worden.</p> <p>Stelling: Wat kies jij: afwachten en kijken hoe de ziekte zich ontwikkelt óf opereren met risico's? </p> <p>Toelichting: De zorg die jij ontvangt moet goed passen bij jouw persoonlijke situatie. Bespreek het daarom altijd met je zorgverlener als er dingen in je leven zijn om rekening mee te houden. Het is aan jou om mee te beslissen over de keus tussen risico's van de operatie en de ernst van je klachten.</p>	
<p>6 Introductie: Je bent in gesprek met de zorgverlener. De zorgverlener vertelt dat er geen behandeling meer is die je beter kan maken.</p> <p>Stelling: Wanneer ik te horen krijg dat er geen behandeling is die mij beter kan maken, is er niets meer om Samen over te Beslissen.</p> <p>Toelichting: Samen Beslissen kan ook als er geen behandeling meer is om je beter te maken. Samen met de zorgverlener kan je bijvoorbeeld praten over mogelijke behandelingen (ook buiten het ziekenhuis/ de kliniek) en pijnbestrijding. Je kunt je twijfels en angsten vertellen tegen de zorgverlener. De zorgverlener kan dan doorvragen naar jouw situatie en wensen en samen met jou keuzes maken.</p>	

Praten met zorgprofessionals	
<p>7 Introductie: De zorgverlener bespreekt het resultaat van jouw onderzoek. Je snapt niet wat de zorgverlener zegt, omdat hij moeilijke woorden gebruikt.</p> <p>Stelling: Zeg jij er iets van als je de informatie van de zorgverlener niet begrijpt? </p> <p>Toelichting: Als je de informatie niet begrijpt is het belangrijk om dit te zeggen tegen de zorgverlener. Vraag bijvoorbeeld of de zorgverlener het nog eens samenvat, neem het gesprek op of vraag of de zorgverlener het voor je op wilt schrijven. De zorgverlener kan je ook folders meegeven met handige informatie of een keuzehulp waar de informatie begrijpelijk in is uitgelegd.</p>	
<p>8 Introductie: Je hebt buikpijn en de zorgverlener stelt voor om medicijnen te nemen om ervan af te komen. Hij vertelt dat een bijwerking kan zijn dat je daar moe van wordt. Jij sport graag en wilt dus liever een andere oplossing voor je buikpijn.</p> <p>Stelling: Mijn zorgverlener weet beter dan ik wat goed voor mij is, want hij/zij heeft de medische kennis.</p> <p>Toelichting: Het is afhankelijk van jouw persoonlijke situatie wat het beste bij jou past. Bijvoorbeeld: als je graag wilt blijven sporten, is medicatie waar je moe van wordt geen goed idee voor jouw persoonlijke situatie. Je kunt aan je zorgverlener vragen welke andere mogelijkheden er zijn of kiezen om niets te doen.</p>	
<p>9 Introductie: Je zorgverlener heeft je veel informatie gegeven over verschillende behandelingen. Je vindt het spannend en moeilijk om voor een behandeling te kiezen. Hoe maak je dan een goede keuze?</p> <p>Stelling: Als mijn zorgverlener mij vraagt om een keuze te maken over mijn behandeling in het gesprek, moet ik deze keuze direct maken. </p> <p>Toelichting begeleider: Meestal hoef je niet direct met een behandeling te starten en is er ruimte voor bedenktijd. Je hebt tijd nodig om informatie te verwerken, om met je emoties om te gaan, om te ontdekken wat voor jou belangrijk is en daarna een keuze te maken. Vraag bedenktijd aan de zorgverlener. Zo voorkom je overhaaste beslissingen. Als je bang bent dat er geen tijd verloren mag gaan, vraag dat dan aan je zorgverlener of dit zo is.</p>	

Praten met zorgprofessionals	
<p>10</p>	<p>Introductie: Één van de vragen die de zorgverlener aan je stelt is: hoe gaat het met je? Het is een korte en persoonlijke vraag. Maar een antwoord geven is niet altijd even makkelijk. Want hoe gaat het nu eigenlijk echt?</p> <p>Stelling: Als de zorgverlener vraagt: ‘hoe gaat het met je?’, dan is hij alleen geïnteresseerd in de ziekte die ik heb. </p> <p>Toelichting: Om samen een keuze te maken over de juiste behandeling is het voor de zorgverlener belangrijk om te weten hoe jouw leven er uit ziet naast de klacht waarvoor je komt. Heb je bijvoorbeeld veel stress? Of voel je je erg eenzaam? Is je gezondheid de afgelopen tijd achteruitgegaan? Zijn er gebeurtenissen geweest die je leven hebben veranderd? Praat over wat voor jou belangrijk is. Watertoedoet.info biedt bijvoorbeeld vragen die je kunnen helpen om hierover na te denken.</p>
<p>11</p>	<p>Introductie: Je bent bij de zorgverlener voor een gesprek over de resultaten van jouw onderzoek. De zorgverlener zegt dat je kan kiezen voor medicijnen of fysiotherapie. De zorgverlener bespreekt de voor- en nadelen en vraagt jou wat jij graag zou willen.</p> <p>Stelling: Meebeslissen over mijn behandeling zou verplicht moeten zijn. </p> <p>Toelichting: Je bent niets verplicht. Het kan prettig zijn om jouw wensen te bespreken met de zorgverlener om uiteindelijk samen een beslissing te nemen over de behandeling die het best bij jouw persoonlijke situatie past. Mocht je niet willen of niet weten wat je wilt, dan kun je dit altijd aangeven bij de zorgverlener. Uiteindelijk beslis je dan samen dat de zorgverlener de keuze voor jou maakt.</p>



Vorbereiden van een consult (doel: patiënten weten hoe en met welke hulpmiddelen zij het consult kunnen voorbereiden)

12

Introductie: Je hebt volgende week een belangrijke afspraak met de zorgverlener over je behandeling. Je hebt verschillende vragen. Je vraagt je af hoelang je na de behandeling in het ziekenhuis/kliniek moet blijven. En je wilt ook weten hoe snel je na de behandeling weer kunt werken.

Stelling: **Schrijf je voor een gesprek met de zorgverlener je vragen op?** 

Toelichting: Tijdens het gesprek kan het lastig zijn om vragen te bedenken. Ook krijg je vaak veel informatie. Daarom is het goed om van tevoren na te denken over wat je wilt vragen. Als je de vragen opschrijft, weet je zeker dat je ze tijdens het gesprek niet vergeet. Vertel de zorgverlener als niet al je vragen beantwoord zijn, samen kijk je dan hoe jij daar wél antwoord op kan krijgen.

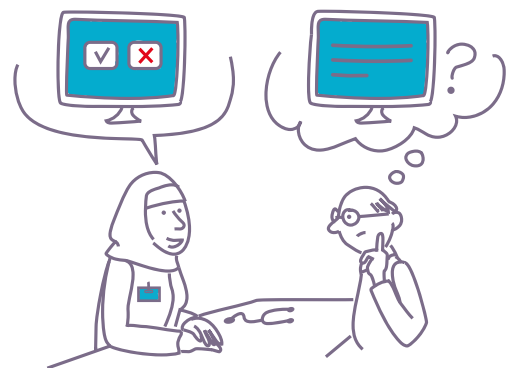


13

Introductie: Je bent in het ziekenhuis/kliniek en bespreekt met de zorgverlener verschillende behandelingen. Je hebt zelf ergens over een behandeling gelezen die de zorgverlener niet heeft genoemd en vraagt je af of deze behandeling ook voor jou kan helpen.

Stelling: **Wanneer mijn zorgverlener een behandeling niet noemt, is het voor mij geen goede behandeling.**

Toelichting: Er zijn hulpmiddelen beschikbaar die je meer informatie geven over mogelijke behandelingen. Deze hulpmiddelen kunnen je helpen bij je beslissing zoals een keuzehulp of www.thuisarts.nl. Je kan je zorgverlener altijd vragen of er nog andere behandelingen zijn. Bijvoorbeeld in dezelfde organisatie bij een andere zorgverlener of in een ander ziekenhuis/kliniek.



Vorbereiden van een consult (doel: patiënten weten hoe en met welke hulpmiddelen zij het consult kunnen voorbereiden)

14

Introductie: Je hebt volgende week een belangrijke afspraak met de zorgverlener over je behandeling. Je bent zenuwachtig voor de afspraak.

Stelling: Ik moet alleen naar de afspraak met de zorgverlener, want het gaat alleen over mij. 

Toelichting: Iemand meenemen naar een gesprek met de zorgverlener kan prettig zijn, omdat iemand uit je vertrouwde omgeving dan kan meeluisteren en kan ondersteunen. Iemand kan, als je dat prettig vindt, tijdens het gesprek extra vragen stellen. Je kan met deze persoon ook het gesprek nabespreken. Je kunt ook vragen of je het gesprek mag opnemen.



15

Introductie: Vorige week heb je een onderzoek gehad omdat je mogelijk een ziekte hebt. Over een paar dagen heb je een gesprek met de zorgverlener over het resultaat van het onderzoek. Je gaat op internet alvast op zoek naar meer informatie over deze ziekte.

Stelling: De informatie die ik op internet vind, helpt mij om meer te weten te komen over mijn ziekte. 

Toelichting: Er is veel onjuiste informatie te vinden op het internet. Vraag eventueel aan je zorgverlener waar je betrouwbare informatie kunt vinden. Denk bijvoorbeeld aan www.thuisarts.nl. Via www.begineengoedgesprek.nl vind je meer informatie over waar je betrouwbare informatie kunt vinden over ziekte en gezondheid.



Colofon

De 'Toolkit voor bijeenkomsten met patiënten over Samen Beslissen' is tot stand gekomen vanuit het programma Uitkomstgerichte Zorg, deelproject 'Leren van elkaar - patiënten' (onderdeel van Lijn 2: Samen Beslissen).

Penvoerder

Patiëntenfederatie Nederland, als vertegenwoordiger van partijen in het programma Uitkomstgerichte Zorg.

Opdrachtgever

Het programma Uitkomstgerichte Zorg is een samenwerking van het ministerie van VWS en koepelorganisaties in het Hoofdlijnenakkoord Medisch specialistische zorg 2019-2022. De koepels zijn: Federatie Medisch Specialististen (FMS), Verplegenden & Verzorgenden Nederland (V&VN), Patiëntenfederatie Nederland (PFN), Nederlandse Vereniging van Ziekenhuizen (NVZ), Nederlandse Federatie Universitaire medische centra (NFU), Zelfstandige Klinieken Nederland (ZKN), Zorgverzekeraars Nederland (ZN).

Auteurs

Maaïke Nijbroek, Marlou van Broekhoven, Linda Steffers, Cheyenne Leeraar, Astrid Buysse, Juliëtte Nieuwenhuis (Q-Academie)
Evelien Janssen, Josine van der Kraan (Patiëntenfederatie Nederland)
Martine de Jong (Zelfstandige Klinieken Nederland)

Jaar van uitgave

2022

Vormgeving en lay-out

Lucienne Meijer Communicatie & Grafische vormgeving (LMcc), Leusden

Illustraties

Illustratiestudio Anne Luchies, Arnhem

Films

New Alaska Videocommunicatie, Zwolle

Geïnterviewde patiënten voor films

Mariska, Christina, Ingrid, Marlies, Mike en Jarno

Met dank aan

Renée Kool (Longfonds), Barbara Oosterhof-Hoogerdijk (Heliomare), Maaïke Schuurman (Borstkanker-vereniging Nederland), Cees van Deursen (Hemochromatose Vereniging Nederland), Jolande van Luipen (UMC Utrecht), Mieke Klerkx-Harkema (Bernhoven), Gudule Boland en Hester van Bommel (Pharos), Caroline de Moor en Hans Bart (Patiëntenfederatie Nederland), Dayenne Zwaagman, Firiël Suijker (Nederlandse Vereniging van Ziekenhuizen), KesselsKramer, Harteraad

www.platformuitkomstgerichtezorg.nl

Copyright © 2022

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, geluidsband, elektronisch of op welke wijze dan ook, zonder schriftelijke toestemming van de penvoerder.

