

Do's and don'ts bij gesprekken met de mantelzorger/verzorgde als er vermoedens zijn van ontsporing



Do's

Weet wat u wilt zeggen

Bereid het gesprek voor met een collega of de aandachtfunctionaris. Wat zijn de feiten die u wilt bespreken? Wat wilt u met het gesprek bereiken? En hoe wilt u dit aanpakken?

Ga naast de mantelzorger staan

Uw gesprekspartner kan zich gemakkelijker open stellen als hij/zij zich gerespecteerd en gewaardeerd voelt.

Wees open over uw agenda

Wees in het gesprek open over wat u wilt bespreken. Leg aan het begin van het gesprek op tafel waar u het over wilt hebben. Zo voorkomt u dat de mantelzorger of verzorgde zich gemanipuleerd voelt.

Benoem de feiten

Benoem wat u hebt gezien. Bijvoorbeeld: "Ik heb gezien dat uw vrouw sterk vermagerd is in de afgelopen maanden." Houd het bij de feiten. En houd uw oordeel buiten de deur.

Vraag toestemming*

Vraag toestemming aan de mantelzorger of verzorgde om het over een bepaald onderwerp te hebben. Bijvoorbeeld: "Ik zie dat u een blauwe plek heeft. Mag ik u daar wat over vragen?".

Stel open vragen

Geef de mantelzorger of verzorgde de ruimte om te formuleren wat hij/zij in de situatie zou willen veranderen. Stel open vragen, zoals: "Waar hoopt u op?" of "Wat zou u anders willen?".

Pas uw spreekstijl aan

Is uw gesprekspartner niet zo spraakzaam, pas dan uw tempo aan en laat stiltes vallen, zodat hij/zij de ruimte krijgt om te reageren. Heeft uw gesprekspartner daarentegen een hoog tempo van praten, voer dan ook uw eigen tempo op.

Beëindig het gesprek bij agressief gedrag

Gedraagt de mantelzorger/verzorgde zich in het gesprek agressief en/of voelt u zich bedreigd? Benoem dit en beëindig het gesprek. Uw eigen veiligheid staat altijd voorop.



Don'ts

Oordeel niet

Heeft u een oordeel over de situatie? Bijvoorbeeld "U verwaarloost uw echtgenoot". Probeer dit dan buiten het gesprek te houden. Houdt u bij de feiten!

Kom niet meteen met oplossingen

Kom niet al te snel met uw eigen oplossingen, maar vraag door naar oorzaken. Zo helpt u de mantelzorger/verzorgde inzicht te krijgen in de situatie en geeft u hem/haar de ruimte om zelf oplossingen aan te dragen. Uw eigen ervaring en kennis over mogelijkheden kan hen hierbij helpen.

Wees niet bang voor emoties.

Het gesprek met de mantelzorger of verzorger kan emoties oproepen. Wordt uw gesprekspartner boos of verdrietig? Blijf rustig, benoem wat je ziet en vraag door naar de emotie. Bijvoorbeeld: "Ik zie dat u boos bent. Wat maakt u zo boos?".

Beland niet in een discussie

Voorkom dat u in een welles-nietes-discussie belandt. Merkt u dat dit gebeurt? Benoem dit dan. Ga terug naar de feiten en het gezamenlijke doel van het gesprek.

Laat u niet op een zijspoor zetten

Merkt u dat uw gesprekspartner het gesprek een andere draai geeft, bijvoorbeeld door over iets heel anders te beginnen? Benoem dit en herhaal wat u wilt bespreken, bijvoorbeeld: "Ik wil weten of het contact met uw zoon zo is zoals u het wenst".

*) Als de feiten zo ernstig zijn dat er iets móet gebeuren, kun je de mantelzorger/verzorgde deze keuze niet geven.