

# De deskundige aan het woord: Vincent Kortleve

## Fysiotherapeutische gespreksvoering

Tekst: Shanty Sterke

Vincent Kortleve schreef een succesvol leerboek: *Fysiotherapeutische gespreksvoering*. Dit wordt op bachelor-en masteropleidingen fysiotherapie gebruikt. Twee ochtenden per week werkt Kortleve in de praktijk als fysiotherapeut en manueel therapeut. Daarnaast heeft hij psychologie gestudeerd. Vanuit zijn bedrijf *Viaperspectief* geeft hij trainingen in communicatie rondom gezamenlijke besluitvorming, motiverende gespreksvoering, gezondheidsvoorlichting en patiënteducatie.

Skills training, noemt hij een superbelangrijk onderdeel van zijn lessen. Wekelijks ziet hij fysiotherapeuten, psychologen en artsen in zijn cursussen die zich realiseren dat ze niet eens een paar goeie open vragen achter elkaar kunnen stellen. 'Dat is zo'n cruciale skill. Heel veel mensen ontdekken dat ze dat slecht beheersen', volgens Kortleve. Het is ook moeilijk. 'Je hebt in dit soort dingen de wind tegen. Veel patiënten denken toch nog steeds dat jij de expert bent en dat jij gaat zeggen wat er moet gebeuren. Als fysiotherapeut moet je dan goed kunnen uitleggen dat dat afhangt van hoe de patiënt er zelf over denkt. Je kunt misschien wel vijf dingen doen, maar niet allemaal tegelijk en waarschijnlijk helpen ze ook alle vijf. Maar het gaat erom welke van de vijf de voorkeur van de patiënt heeft. Het is heel belangrijk dat die patiënt meer in een actieve rol komt. De persoonlijke voorkeur van de patiënt in combinatie met mijn expertise zorgt ervoor dat we tot de beste oplossing komen'.

'De kunst is dat dit bij iedere patiënt lukt. Aan de een kan je het in drie regels uitleggen. Maar je moet het ook kunnen uitleggen aan een oudere, ook aan een lager opgeleide oudere en aan iemand met verminderde gezondheidsvaardigheden. Je moet je telkens



als een kameleon aanpassen aan het taalniveau en het begripsniveau en het dan in jip-en-janneketaal teruggeven. Jouw en mijn vocabulaire bevat zeker 70- tot 80-duizend woorden. Bij sommige patiënten kan het zomaar 30- tot 35-duizend zijn. Allerlei woorden die wij heel vaak gebruiken, snappen zij niet echt goed. Ze hebben meer moeite om lange zinnen te begrijpen. Je moet je bij zo'n patiënt aanpassen door simpele taal met korte zinnen te gebruiken, je spreektempo omlaag te halen, en teach back toe te passen. Dus als je iemand iets hebt uitgelegd, altijd aan die patiënt vragen: hoe zou u het in uw eigen woorden uitleggen aan bijvoorbeeld uw partner?'

Zelfmanagement kan lastig zijn voor ouderen. Ze hebben vaak moeite om assertief te zijn wanneer ze bij een dokter zitten. Misschien wel de helft van

de mensen pakt niet vanzelf een autonome rol. Als voorbeeld geeft Kortleve zijn 82-jarige vader. Een fitte man, directeur geweest van een bedrijf met 200 man in dienst. 'Leidinggeven, de lijnen uitzetten, autonoom zijn, dat is hem wel toevertrouwd. Maar zet hem voor een dokter en het verdampt ter plekke. Als die dokter het zegt, dan zal het moeten. Dat is de tegenwind die je als professional dus hebt. Iemand die kan wel autonoom zijn, maar je moet hem helpen'. Dat kost moeite en daarvoor moet je de vaardigheden hebben.

Kortleve merkt dat hulpverleners het soms moeilijk vinden om de patiënt meer autonomie te geven. In de motiverende gespreksvoering is daar zelfs een woord voor, de reparatiereflex. Je ziet dat terug wanneer mensen wekenlang bij de fysiotherapeut terugkomen om daar te trainen. De fysiotherapeut vindt het fijn om iets voor iemand op te lossen en is dus geneigd om de training bij zichzelf te houden. 'Maar je zou met die patiënt moeten streven naar zoveel mogelijk zelfmanagement. Dus die hoeveelheid die iemand aankan. Daar moet je telkens op coachen. COPD is een mooi voorbeeld. De ene patiënt met GOLD 3 begeleid je naar uiteindelijk zelfstandig sporten met hier en daar een coachmoment als stok achter de deur. We vinden het heel normaal dat een diabetespatiënt eens in de drie maanden naar de diabetesverpleegkundige gaat. Het moet net zo gewoon zijn dat een GOLD 3 patiënt elke twee maanden een keer bij de fysiotherapeut komt. Trainen is voor COPD-patiënten zo belangrijk. Als iemand dat verder zelf goed kan oppakken, dan hoeft die alleen maar naar de therapeut om af en toe een meting te laten doen en de score te bespreken. Maar er zijn zeker ook GOLD 3 patiënten die meer begeleiding nodig hebben en wellichts onder begeleiding sporten en daarnaast zelf een aantal keer bewegen. Puur omdat ze weinig zelfmanagementvaardigheden hebben of heel onzeker zijn. Er kunnen altijd redenen zijn om mensen toch een beetje aan de hand te houden omdat ze simpelweg een chronische aandoening hebben'.

Volgens de definitie van de Wereldgezondheidsorganisatie is gezondheid een toestand van compleet welbevinden. Volgens die definitie is iedereen patiënt. 'Deze definitie stamt uit de jaren 30 of 40 van de vorige eeuw. Dat past niet meer in deze tijd. Gezondheid gaat om veerkracht en het vermogen om je

eigen welzijn en geluk te bereiken en te behouden. Dat is zo'n beetje de redelijk breed gedragen visie van Machteld Huber op gezondheid. Zij heeft hier een aantal jaren geleden onderzoek naar gedaan. Machteld Huber zegt dat het niet gaat om ziekte of gebrek of aandoening. Er zijn mensen die kanker of diabetes hebben. Als je hun vraagt of ze gezond zijn, zeggen ze: "Ja ik ben hartstikke gezond. Ik sta midden in het leven, ik kan alles, ik heb echt een zinvol en plezierig en gelukkig bestaan". Zij heeft een prachtig model gepubliceerd. Dat is echt wel zoals we het zouden willen, denk ik. En tegelijkertijd is dat misschien voor een deel van de mensen echt wel te hoog gegrepen. Dit gaat over gezondheidsvaardigheden en die heb je nodig voor zelfmanagement'.

Het is bij iedere patiënt belangrijk om oog te hebben voor de gezondheidsvaardigheden. Maar bij ouderen iets meer, omdat het vaker voorkomt dat ze deze niet hebben. Juist bij de groep die minder gezondheidsvaardigheden in huis heeft, moet je als fysiotherapeut gewoon echt harder werken.

### Meer weten?

Wie graag meer wil weten over de verschillende trainingen en cursussen voor fysiotherapeuten en andere zorgprofessionals kan de website [viaperspectief.nl](http://viaperspectief.nl) bezoeken.