

Praten over gewicht en leefstijl: scholingsaanbod

Aanleiding

Professionals die in het zorg- of sociale zorgdomein werken met kinderen en ouders hebben een belangrijke taak in het bespreken van gewicht en leefstijl met kinderen en hun ouders. Uit de (inter)nationale literatuur blijkt echter dat ze dit lastig vinden. Ze vrezen negatieve reacties van kind en ouder, vanwege de gevoelige en emotionele aard van de onderwerpen. Belangrijke barrières die professionals noemen, zijn een gebrek aan zelfvertrouwen, tijd en training in specifieke gespreksvaardigheden. Omgaan met weerstand wordt als het meest uitdagend ervaren. Ook blijkt dat kinderen en ouders de gesprekken over de onderwerpen vaak als ongemakkelijk ervaren, omdat deze onderwerpen zoveel lading voor ze hebben.

Scholingsaanbod

Er is veel bekend over wat wel en niet werkt in gesprek over gewicht met kinderen en hun ouders. In een training of workshop gegeven door Sanne Niemer en Irene Gruintjes, komen alle inzichten uit de (inter)nationale literatuur, eigen onderzoek en de praktijk aan bod. Er zijn verschillende opties mogelijk:

1. Training van een volle dag, met of zonder interactief theater

In deze volle trainingsdag is er niet alleen uitgebreid de tijd om stil te staan bij het bespreekbaar maken van gewicht, maar ook voor het zelf oefenen met de gespreksvaardigheden. Dit oefenen kan door middel van rollenspellen, of mede met behulp van interactief theater. Daarbij spelen acteurs situaties voor en mag het publiek reageren. Dit betreft een laagdrempelige manier om te oefenen met de gespreksvaardigheden. Thema's die in deze volle dag aan bod komen zijn:

- a. De rol van stigma en vooroordelen
- b. Het perspectief van kinderen en ouders
- c. Omgaan met weerstand
- d. De complexe context van gewichtsproblematiek
- e. Aanknopingspunten voor gesprek
- f. Algemene en specifieke gespreksvaardigheden, inclusief terminologie

2. Training van een halve dag

Bovenstaande training kan ook in een halve dag aangeboden worden. Daarbij worden dezelfde thema's minder uitgebreid behandeld. Ook is er korter de tijd om zelf met de gespreksvaardigheden te oefenen.

3. Workshop van 1,5 uur

In een interactieve workshop van 1,5 uur komen de genoemde thema's in vogelvlucht voorbij. Hierbij is geen tijd om zelf aan de slag te gaan.

4. Presentatie van 30 of 45 minuten

Dit betreft een overzicht met inzicht in de doelgroep en de lessen uit de literatuur over de belangrijkste gespreksvaardigheden en terminologie.

Voor wie is dit scholingsaanbod?

Het aanbod is gericht op professionals die in het zorg- of sociale domein werken met kinderen en ouders en daarbij in gesprek komen over de onderwerpen gewicht en leefstijl. Meer specifiek gaat het om:

- Huisartsen
- Kinderartsen
- Jeugdartsen
- Fysiotherapeuten
- GGZ-specialisten
- Diëtisten
- Jeugdverpleegkundigen
- Sociale wijkteams

Trainers

De workshops en trainingen worden begeleid door Sanne Niemer en Irene Gruintjes.



Sanne Niemer

Sanne Niemer is als onderzoeker werkzaam bij de VU, binnen het project Care for Obesity. Haar onderzoek bekijkt hoe professionals het beste met kinderen en ouders in gesprek kunnen gaan over gewicht en leefstijl. Daarvoor is ze veel met kinderen en ouders zelf in gesprek. Deze kennis gebruikt ze in haar trainingen op dit gebied. Als voormalig landelijk projectleider van LEFF heeft ze van dichtbij gezien dat met een positieve en respectvolle aanpak grote vooruitgang geboekt kan worden.



Irene Gruintjes

Irene Gruintjes is opgeleid als communicatiedeskundige en momenteel werkzaam als projectleider kinderen en een gezonde leefstijl. Ze heeft jarenlange ervaring in het werken met kinderen en ouders, onder andere als gezinscoach bij Lekker in je vel in het Jeroen Bosch Ziekenhuis en als coach bij LEFF. Daarnaast ondersteunt Irene als communicatie adviseur zowel landelijk als lokaal Jongeren op Gezond Gewicht. Ook traint ze nieuwe LEFF-coaches en coördinatoren.

Kosten

Voor een overzicht van de kosten van de verschillende opties, neem contact op met Sanne Niemer via s.niemer@vu.nl.