

10 TIPS VOOR HET BESPREEKBAAR MAKEN VAN MIDDELENGEBRUIK EN VERSLAVING WANNEER JE JE ZORGEN MAAKT OM EEN COLLEGA

VOORBEREIDING

1. Bereid het gesprek met je collega goed voor:
 - Zet de feiten op een rij en bedenk wat je wilt bereiken met het gesprek.
 - Bespreek de inhoud van het gesprek vooraf met een collega, vertrouwenspersoon, bedrijfsarts, meerdere of ABS-artsen.
 - Zorg dat je het beleid van de organisatie over middelengebruik en verslaving kent.
2. Regel voor het gesprek een rustige gespreksruimte op een rustig tijdstip en zorg voor voldoende tijd. Voer het gesprek indien mogelijk met een derde erbij.
3. Besef dat er vaak meerdere signalen uit de omgeving of gesprekken nodig zijn, voordat je collega erkent hulp nodig te hebben en/of te zoeken.

HET GESPREK

4. Begin het gesprek met dat je je zorgen maakt om je collega en/of de patiëntveiligheid.
5. Ga met je collega in gesprek over waargenomen feiten en gedrag, zonder oordeel of subjectieve uitspraken.
6. Geef je collega de gelegenheid om te reageren en emoties te uiten. Het kan zijn dat je collega ontkent, boos wordt of anderszins emotioneel reageert tijdens het gesprek. Laat stiltes vallen waardoor je de mogelijkheid creëert dat de ander zich opent.
7. Wees je bewust van je eigen emoties en non-verbale communicatie. Non-verbale communicatie is belangrijker dan gesproken woorden. Let er ook op dat je woorden parallel lopen aan je non-verbale communicatie.

10 TIPS VOOR HET BESPREEKBAAR MAKEN VAN MIDDELENGEBRUIK EN VERSLAVING WANNEER JE JE ZORGEN MAAKT OM EEN COLLEGA

8. Houd rekening met 2 scenario's:
- **Als je collega het probleem ontkent**, probeer de achtergrond van het eventuele probleem te verhelderen en vraag door op de feiten. Maak op korte termijn een nieuwe afspraak. Als je collega geen vervolgstappen wil nemen, overweeg dan om vertrouwelijk met een derde te overleggen.
 - **Als je collega het probleem erkent**, dring dan aan op het snel zoeken van hulp. Bespreek samen de mogelijke vervolgstappen, zoals ziekmelding, behandeling of een gesprek met ABS-artsen en maak hierover concrete afspraken.

AFRONDING VAN HET GESPREK

9. Bespreek hoe jullie de afspraken vastleggen en vertrouwelijk aan elkaar terugkoppelen.
10. Sluit het gesprek af zoals je het begonnen bent. Dat je je zorgen maakt om je collega en/of de patiëntveiligheid. Wees je ervan bewust dat het gesprek voor jullie beiden intensief was. Wees ook over je eigen gevoelens open en eerlijk in de afsluiting.

**HEB JE VRAGEN?
BEL OF E-MAIL ONS GERUST!**

Steunpunt: 0900-0168
Overige vragen: info@abs-artsen.nl