

Profiel Leefstijladvisering

Profiel taken, vereisten en competenties voor Leefstijladviseur¹

Dit profiel is gebaseerd op de functieprofielen van de fysiotherapeut, maatschappelijk werker, praktijkondersteuner, verpleegkundige in de thuiszorg en sociaal psychiatrisch verpleegkundige en past binnen het programma 'Van Klacht naar Kracht' dat door de GGD Rotterdam Rijnmond is geïntroduceerd. Het profiel is opgesteld vanuit vier kerntaken met daarbij behorende functievereisten en competenties. Het accent ligt daarbij op coördinerende, motiverende en coachende taken. Dit profiel is een richtlijn voor de taken m.b.t. leefstijladvisering, als taak naast de reguliere functie.

Doel van leefstijladvisering

De leefstijladviseur coacht, informeert en adviseert cliënten met een verhoogde kans op het krijgen van Diabetes Mellitus type 2, al gediagnosticeerd DM-2 en/of cliënten met depressieve klachten, om hun gezondheid te verbeteren. De leefstijladviseur tracht positieve determinanten van gezond gedrag te bevorderen, zodat het risico op chronische aandoeningen of complicaties wordt beperkt. De leefstijladviseur is verantwoordelijk voor de leefstijladvisering en het begeleidingstraject. Het begeleidingstraject kent drie fases: de eerste fase met de nadruk op 'in staat zijn tot gezond gedrag', de tweede fase met nadruk op 'plezier hebben in gezond gedrag' en de derde fase van 'behoud van gezond gedrag'. De leefstijladviseur registreert de resultaten van de advisering en begeleiding op het gedrag van de cliënt. Dit voor het meten van het verloop van het traject en de vorderingen van de cliënt bij het opvolgen van de gezonde leefstijladviezen. Om de resultaten van de leefstijl advisering en begeleiding te kunnen bepalen, wordt de mate van gezonde leefstijl van de cliënten gemeten bij aanvang, tussentijds en aan het einde van het traject.

Plaats in de organisatie

De leefstijladviseur werkt binnen het gezondheidscentrum functioneel intensief samen met de huisarts, fysiotherapeut en eventueel praktijkondersteuner, diëtiste en sociaal-psychiatrisch verpleegkundige. Indien sprake is van een dienstverband, wordt de leefstijladviseur hiërarchisch aangestuurd door de eigen direct leidinggevende.

Vier kerntaken:

1. Het psychosociaal begeleiden en coachen van cliënten.

De leefstijladviseur kent de praktische, fysieke en sociaal-emotionele barrières en bestaande structuren van het aanpassen van de leefstijl. De leefstijladviseur ondersteunt de cliënt bij het doorbreken van deze barrières, rekening houdend met de beleving en ontplooiingsmogelijkheden van de cliënt. De begeleiding kenmerkt zich door het coachen van de cliënt door de leefstijladviseur. De cliënt wordt gestimuleerd en gemotiveerd om uiteindelijk zelfstandig de verandering naar een gezonde leefstijl te willen en kunnen realiseren. De leefstijladviseur maakt samen met de cliënt de stappenplannen naar een gezonde leefstijl.

2. Het informeren en adviseren van cliënten.

De leefstijladviseur is aanspreekpunt voor de cliënt. De leefstijladviseur informeert en adviseert door het overdragen van feitelijke en relevante gegevens aan de cliënt. De leefstijladviseur informeert cliënten over de risicofactoren van Diabetes Mellitus type 2 en/of depressieve klachten en het belang van een gezonde leefstijl. Daarnaast geeft de leefstijladviseur advies hoe de leefstijl te veranderen om gezondheidsverbetering te bereiken. De leefstijladviseur betreft de specifieke situatie van de cliënt bij de advisering en houdt zo rekening met de omgeving van de cliënt en de mogelijkheden van de cliënt op fysiek, mentaal, sociaal en financieel gebied.

3. Het evalueren van de voortgang in gezonde leefstijl van cliënten.

De leefstijladviseur neemt bij de eerste ontmoeting een anamnese/intake af. Bij elke volgende ontmoeting van de cliënt en de leefstijladviseur (in ieder geval na 3 maanden, na 6 maanden en na een jaar) zal geëvalueerd worden in hoeverre de cliënt vooruitgang boekt in de aanpassing van de leefstijl. Het begeleidingstraject kent drie fases: de eerste fase met de nadruk op 'in staat zijn tot gezond gedrag', de

¹ Bronnen: expertise Hogeschool Rotterdam, Rotterdamse 1^e-lijnshulpverleners, P & O GGD Rotterdam.

Profiel Leefstijladviesing

tweede fase met nadruk op 'plezier hebben in gezond gedrag' en de derde fase van 'behoud van gezond gedrag'. De leefstijladviseur bepaalt aan de hand van de evaluatie samen met de cliënt of deze door kan gaan naar de volgende fase in het traject.

4. Het coördineren van het zorgproces van cliënten in het zorgnetwerk.

De leefstijladviseur is verantwoordelijk voor de coördinatie van het (zorg)proces rondom de cliënt in het programma 'Van Klacht naar Kracht'. Voor de uitvoering van het begeleidingstraject zorgt de leefstijladviseur voor de opbouw en onderhoud van een netwerk van relevante en functionele contacten in het werkveld. De leefstijladviseur heeft contacten met veel verschillende disciplines in de zorg, de wijkzorg en in de wijk, waaronder de fysiotherapeut, huisarts, praktijkondersteuner, de Thuiszorg, preventieve GGZ en aanbieders van leefstijlactiviteiten. De leefstijladviseur maakt en bewaakt de afspraken over instroom-doorstroom-uitstroom van cliënten in het advies- en begeleidingstraject met de bovengenoemde disciplines en geeft terugkoppeling over de voortgang van de cliënt.

Funcatievereisten:

De leefstijladviseur heeft goede mondelinge communicatieve vaardigheden voor het coachen, informeren en adviseren van cliënten en het gezamenlijk opstellen van doelstellingen met de cliënt. De leefstijladviseur heeft affiniteit met het werkgebied van gedrag en gedragsverandering en de doelgroep en kan de verantwoordelijkheid dragen voor het samenwerkingsproces. De leefstijladviseur houdt andere disciplines zoals huisarts, fysiotherapeut en praktijkondersteuner betrokken bij de cliënt en geeft hen gevraagd of ongevraagd advies m.b.t. de begeleiding van de cliënt. De leefstijladviseur zorgt, om cliënten te kunnen doorverwijzen, voor kennis van de sociale kaart rond het gezondheidscentrum en contacten met de aanbieders van trainingen en faciliteiten voor fysiek oefenen van bewegen.

- Werk- en denkniveau: HBO, richting gezondheidszorg / coachen
- Werkervaring: heeft ervaring met coachen in gedragsverandering, adviseren voor gezonde leefstijlen, zelfstandig werken, multidisciplinair samenwerken en netwerken.

Competenties

- Luisteren
- Probleemanalyse
- Adviesvaardigheid
- Inlevingsvermogen
- Communiceren
- Coachen
- Samenwerken
- Voortgang bewaken
- Oordeelsvorming

Profiel Leefstijladviesing

Bijlage Competenties

Luisteren

De mate waarin de persoon in staat is belangrijke informatie op te pikken uit (non)verbale mededelingen, doorvraagt en ingaat op reacties.

Omschrijving

Niveau 1 Begrijpt wat de ander bedoelt.

Laat de ander uitpraten.

Niveau 2 Stelt zich open voor een gesprek.

Stelt vragen en vraagt na of hij de ander begrepen heeft.

Niveau 3 Stimuleert de ander of anderen tot praten.

Stelt vragen, vat samen en interpreteert non-verbale signalen.

Niveau 4 Begrijpt anderen, ook als zij zichzelf niet goed kunnen uitdrukken of in zeer complexe en gespannen situaties. Beïnvloedt het gesprek en de sfeer door gevoelens en belangen te benoemen.

Probleemanalyse

De mate waarin de persoon in staat is tot het signaleren van problemen, het herkennen van belangrijke informatie en het leggen van verbanden tussen gegevens.

Omschrijving

Niveau 1 Ordent informatie en stelt gerichte vragen om situaties en problemen helder te krijgen.

Onderscheidt hoofd- van bijzaken.

Niveau 2 Evalueert informatie op volledigheid en betrouwbaarheid.

Bakent het probleemgebied af voordat gezocht wordt naar oorzaken.

Haalt uit een grote hoeveelheid informatie de mogelijke oorzaken van problemen.

Niveau 3 Heeft snel de essentie door van complexe probleemsituaties.

Identificeert trends, risico's en effecten.

Legt bij het in kaart brengen van problemen verband met andere werkgebieden en situaties.

Niveau 4 Ziet de samenhang tussen een probleem en andere werkgebieden en ziet de samenhang met de context van het probleem. Maakt gebruik van expertise van anderen bij het in kaart brengen van problemen. Heeft zicht op de langetermijngevolgen van probleemsituaties.

Adviesvaardigheid

De mate waarin de persoon de kennis, vaardigheden heeft en beschikt over de methodieken die nodig zijn om een ander te helpen een probleem te begrijpen, mogelijkheden te onderkennen en een oplossing te genereren.

Omschrijving

Niveau 1 Herkent en begrijpt het probleem en weet dit te vertalen naar een oplossing.

Niveau 2 Kent actuele methodieken op het eigen vakgebied en weet deze te vertalen naar gedegen oplossingen.

Is een deskundig gesprekspartner voor de ander.

Niveau 3 Is proactief en leidt anderen op gestructureerde en professionele wijze naar de oplossing. Doorziet zowel relationele als inhoudelijke aspecten bij een probleem.

Niveau 4 Weet door zijn deskundigheid de richting en keuze van een organisatie te beïnvloeden.

Pleegt procesinterventies.

Inlevingsvermogen

De mate waarin de persoon zich verplaatst in anderen om hun houding en reacties te begrijpen.

Omschrijving

Niveau 1 Luistert naar een klacht, wens of probleem en toont hier begrip voor.

Niveau 2 Toont dat de ander begrepen wordt en vraagt door op wensen en behoeften.

Niveau 3 Denkt proactief vanuit de situatie van de ander en geeft mogelijke richtingen aan.

Niveau 4 Is zich bewust van de effecten die zijn beslissingen met zich meebrengen op anderen en anticipeert hierop.

Profiel Leefstijladvisering

Communiceren

De mate waarin de persoon in staat is eigen mening, ideeën of feiten op een effectieve wijze onder woorden te brengen en op een tactvolle en effectieve wijze te reageren op behoeften en gevoelens van anderen.

Omschrijving

Niveau 1 Drukt zich mondeling en schriftelijk duidelijk uit.

Is zich bewust van de invloed van zijn woorden en houdt hier rekening mee.

Zegt alleen wat hij waar kan maken.

Niveau 2 Drukt zich zowel mondeling als schriftelijk goed uit bij contacten van verschillend niveau.

Formuleert tactvol, houdt rekening met de behoeften en belangen van de ander.

Stelt zich open voor een gesprek; luistert, stelt vragen en vraagt na of hij de ander goed begrepen heeft.

Niveau 3 Houdt bij contacten van verschillende niveaus rekening met verschillende behoeften en belangen; herkent tegenstellingen en kiest een geschikte aanpak.

Neemt in een gesprek het initiatief en luistert actief, vat samen, vraagt na bij de ander, maakt gevoelens bespreekbaar.

Geeft helder en duidelijk uitleg en maakt complexe zaken begrijpelijk.

Niveau 4 Voert ingewikkelde gesprekken met personen van hoger niveau over gevoelige onderwerpen, tegenstellingen en belangen.

Herkent persoonlijke belangen en kiest een geschikte manier om de ander te beïnvloeden; beïnvloedt het gesprek en de sfeer door gevoelens te benoemen.

Leeft zich in de ander in, doorziet ingewikkelde vragen en maakt inhoudelijke zaken voor de ander begrijpelijk.

Coachen

De mate waarin de persoon in staat is capaciteiten van anderen te verbeteren door het stimuleren, motiveren en aanzetten tot nadenken over eigen gedrag en het zelf oplossen van problemen.

Omschrijving

Niveau 1 Stimuleert en ondersteunt individuele personen in het werk bij het bereiken van doelstellingen. Is toegankelijk voor anderen en biedt begeleiding bij hulpvragen.

Niveau 2 Stimuleert en ondersteunt individuen en teams bij het bereiken van doelstellingen.

Vormt een eigen beeld van het functioneren van anderen en leerpunten en wisselt hierover feedback uit.

Daagt de ander uit tot het doen van nieuwe taken en opdrachten.

Niveau 3 Stimuleert en ondersteunt meerdere teams bij het bereiken van organisatiedoelstellingen.

Geeft op basis van inzicht een duidelijk beeld van kwaliteiten en leerpunten van anderen.

Stimuleert anderen en teams zich (persoonlijk) te ontwikkelen.

Niveau 4 Brengt door coachend gedrag omvangrijke bewegingen op gang binnen de organisatie en is een voorbeeld voor anderen.

Wisselt bewust van stijl/gedrag om gedragspatronen van anderen te doorbreken.

Schetst de richting van ontwikkeling.

Samenwerken

De mate waarin de persoon actief bijdraagt aan een gezamenlijk resultaat, ook wanneer er geen direct eigen functioneel of persoonlijk belang aanwezig is.

Omschrijving

Niveau 1 Levert op verzoek van anderen bijdragen aan een gemeenschappelijk resultaat.

Houdt zonnodig rekening met de belangen van anderen.

Komt afspraken binnen het team na.

Niveau 2 Initieert zelfstandig samenwerkingsverbanden en levert actief een bijdrage aan het gemeenschappelijke resultaat.

Signaleert uit zichzelf het gemeenschappelijke belang.

Refereert en houdt zich aan afspraken.

Profiel Leefstijladvisering

Niveau 3 *Initieert en stimuleert interne, dan wel externe samenwerkingsverbanden in de werkomgeving.*

Weet personen met uiteenlopende belangen op één lijn te krijgen.

Maakt en houdt zich aan afspraken, bewaakt naleving van afspraken van anderen in de werkomgeving.

Niveau 4 Initieert en stimuleert samenwerkingsverbanden in de organisatie.

Weet in een complex krachtenveld de gemene deler van verschillende partijen duidelijk te maken en draagvlak te creëren voor het algemene/organisatiebelang.

Is gericht op het (laten) maken van afspraken en zonodig bijstellen, ziet toe op naleving van afspraken.

Voortgang bewaken

De mate waarin de persoon in staat is de voortgang van eigen taken of activiteiten en/of die van anderen te bewaken en zeker te stellen.

Omschrijving

Niveau 1 Checkt afspraken op het overeengekomen moment.

Houdt de voortgang in het eigen werk bij.

Stelt voortgangsrapportages of actielijsten op.

Niveau 2 Bewaakt de voortgang van activiteiten of eenvoudige projecten.

Stemt de voortgang van activiteiten regelmatig met anderen af.

Plant meetmomenten, signaleert snel afwijkingen en komt met voorstellen om bij te sturen.

Niveau 3 Bewaakt de planning en voortgang van complexe projecten of activiteiten met een kritische doorlooptijd.

Herkent de kritische momenten in de uitvoering, grijpt in waar nodig is en stelt procedures op om de voortgang te bewaken.

Niveau 4 Stelt planning op van complexe projecten met een hoog afbreukrisico.

Anticipeert tijdig op mogelijke belemmeringen, betreft de omgevingsfactoren daarbij en neemt daarop adequaat maatregelen of stelt planningen bij.

Oordeelsvorming

De mate waarin de persoon in staat is gegevens en mogelijke handelwijzen tegen elkaar af te wegen en tot realistische beoordelingen te komen.

Omschrijving

Niveau 1 Kan eenvoudige duidelijk beschreven alternatieven afwegen binnen het eigen werkterrein.

Toetst vooraf het eigen oordeel aan dat van anderen om uiteindelijk tot een oordeel te komen.

Niveau 2 Kan risico's inschatten van een aantal alternatieven en is in staat zelfstandig een oordeel te vellen over het meest optimale alternatief.

Niveau 3 Kan risico's inschatten en oordelen over gebrekkig uitgewerkte alternatieven die een breed scala aan vakgebieden betreffen.

Niveau 4 Kan risico's inschatten en oordelen over de meest complexe alternatieven die impact hebben over het geheel van de organisatie en die cruciaal zijn voor de continuïteit en het succes van de organisatie.