



Verstehen

Fragen



Sagen



ÜBER MEINE GESUNDHEIT SPRECHEN:
MEIN ROTES FADEN DURCH EIN GUTES GESPRÄCH

VOR DEM GESPRÄCH

- » Nehmen Sie sich vor dem Gespräch Zeit.
- » Überlegen Sie, was Sie sagen möchten.
- » Schreiben Sie Ihre Gedanken auf.

AUFSCHREIBEN HILFT, NICHTS ZU VERGESSEN.

- » Was möchte ich klären?
- » Was beschäftigt mich?
- » Was hat sich verändert?
- » Wann sind diese Probleme aufgetreten?



TIPPS:

- ✔ Nutzen Sie den freien Platz rechts zum Schreiben.
- ✔ Verwenden Sie das Aufgeschriebene im Gespräch.
- ✔ Überlegen Sie: Möchten Sie jemanden zum Gespräch mitnehmen?

AUFSCHREIBEN

WAS IST DER GRUND FÜR DAS GESPRÄCH:

AN WEN KANN ICH MICH WENDEN BEI FRAGEN ZU:

Erkrankung oder Behandlung: _____

Pflege und Betreuung: _____

allgemeinen Dingen: _____

IM GESPRÄCH

- » Sagen Sie, was Sie vor dem Gespräch aufgeschrieben haben.
- » Fragen Sie nach. Wiederholen Sie, was Sie verstanden haben.
- » Hören Sie genau zu.

Schreiben Sie neue Informationen und Wichtiges gleich auf.

FRAGEN IST WICHTIG, UM ZU VERSTEHEN.

- » Was brauche ich?
- » Was habe ich?
- » Was ist der Grund für die Veränderung?
- » Was kann ich selbst beitragen?
- » An wen kann ich mich noch wenden?
- » Wie wird sich die Betreuung oder Pflege verändern?



TIPPS:

- ✓ Fragen Sie solange nach, bis Sie sich auskennen! Es ist Ihr Recht!
- ✓ Aufschreiben hilft: So vergessen Sie wichtige Dinge nicht.

AUFSCHREIBEN

WAS ICH IM GESPRÄCH VERSTANDEN HABE:

WAS ICH MIR FÜR SPÄTER MERKEN SOLLTE:

NACH DEM GESPRÄCH

- » Haben Sie alles? Füllen Sie die Felder auf der rechten Seite aus.
- » Lesen Sie sich später alles in Ruhe durch.
- » Haken Sie unten an, was Sie verstanden haben.

ICH WEISS:

- was ich brauche.
- was sich verändert hat.
- wie sich die Betreuung oder Pflege verändert.
- an wen ich mich wenden kann.
- was ich selbst für meine Gesundheit tun kann.
- welche Entscheidungen noch zu treffen sind und von wem.



TIPPS:

- ✔ Wenn nicht alles angehakt ist: Fragen Sie wieder nach.
- ✔ Schreiben Sie Wichtiges zum Nachlesen auf.

AUFSCHREIBEN

MEIN NAME IST:

MIT WEM HABE ICH HEUTE GESPROCHEN:

<input type="text"/>	
Name	Datum

AN WEN KANN ICH MICH WENDEN:

SAGEN – FRAGEN – VERSTEHEN GESUNDHEITSKOMPETENZ UND GESPRÄCHSQUALITÄT

WIENER ALLIANZ
FÜR GESUNDHEITSFÖRDERUNG
IN GESUNDHEITSEINRICHTUNGEN

Dieser Leitfaden soll Ihnen helfen. Sie können sich damit gut auf ein Gespräch vorbereiten und Missverständnisse vermeiden. Haben Sie den Mut zum Nachfragen!



Peter Hacker, Stadtrat für Soziales, Gesundheit und Sport



Dennis Beck, Geschäftsführer Wiener Gesundheitsförderung

WENN ICH NOCH WEITERE HILFE BRAUCHE:

Gehörlosen – Telefon – Dolmetschdienst	 www.relayservice.at
Telefonische Gesundheitsberatung	 1450
Informationen zu Selbsthilfe-Gruppen in Wien	 01 4000-76944
Pflege-, Patientinnen- und Patientenanwaltschaft	 01 587 12 04
Sozialruf Wien	 01 533 77 77
Telefonseelsorge Wien	 142

Weitere Informationen über das Projekt „**Gesundheitskompetenz und Gesprächsqualität. SAGEN – FRAGEN – VERSTEHEN**“ finden Sie unter: www.wig.or.at/ / Menüpunkt „Gesunder Betrieb“