

# De 7 valkuilen bij preventieconsulten in de mondzorg

👉 ...en hoe je ze voorkomt, zodat je effectiever werkt en het consult leuker en waardevoller wordt voor kind, ouder én jezelf.

## Herkenbaar?



Je doet je best om goede preventie te bieden. Maar soms voelt het alsof je op 'repeat' staat.

Het kind kijkt je glazig aan, ouders checken hun telefoon, en jij denkt:

**“Daar gaan we weer...”**

Je vraagt je af:

*“Komt mijn boodschap eigenlijk wel aan? Maak ik wel écht verschil in dit korte consult?”*

Eerlijk is eerlijk:

- Ouders zeggen de vervolgspraak af
- Kinderen lijken niet zo gemotiveerd
- Jij doet je uiterste best, maar het voelt zwaar
- En ondertussen komen er toch weer gaatjes bij

## **Rustig aan: gedragsverandering kost tijd**

Het is helemaal oké als niet als in één keer lukt. Kinderen hebben ruim 12 jaar om goede gewoontes aan te leren, dat hoeft niet in één consult.

Maar... kleine veranderingen in jouw aanpak kunnen wél veel verschil maken.

Op basis van meer dan 15.000 preventieconsulten, gecombineerd met bewezen inzichten uit de gedragswetenschap, motivatietheorie en effectieve communicatie, hebben we zeven veelgemaakte valkuilen op een rij gezet. Mét tips die je vandaag al kunt toepassen.

Tenzij je ze natuurlijk alle 7 al moeiteloos onder de knie hebt 😊

## ✗ VALKUIL 1: GEEN STRUCTUUR EN RICHTING

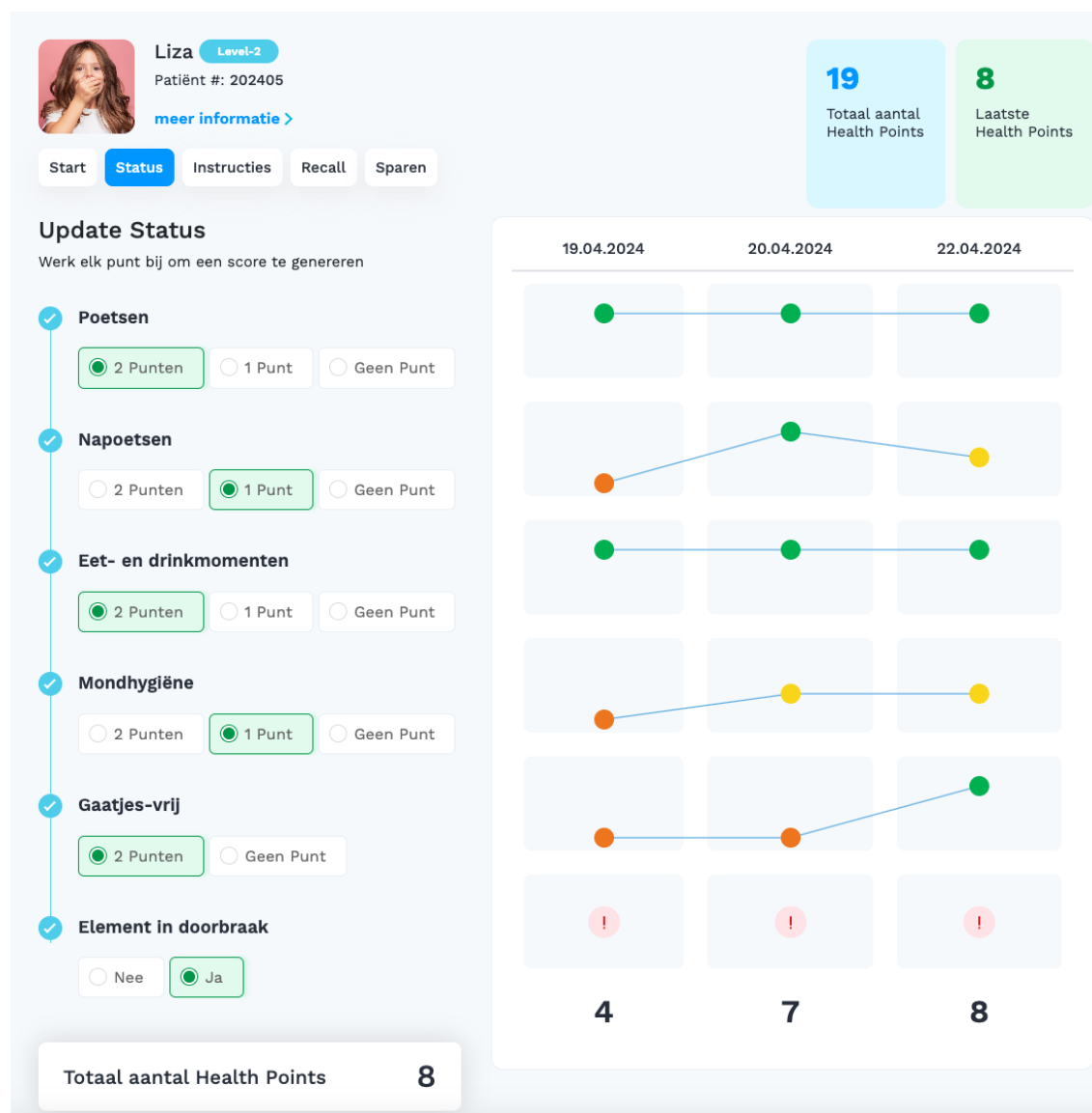
Zonder houvast raken jij, het kind en de ouder al snel de draad kwijt.

### ✓ Wat werkt?

Begin altijd met een duidelijk startpunt: waar staan we nu en waar willen we naartoe?

Werk volgens een vaste opbouw. Zo blijft het voor iedereen herkenbaar en overzichtelijk.

Een simpele visuele tool kan hierbij helpen. Structuur geeft rust en vertrouwen, juist bij jonge kinderen.



## ✗ VALKUIL 2: TE SNEL ADVIES

Je bedoelt het goed, maar als je niet écht luistert, sla je de plank mis.

### ✓ Wat werkt?

Stel eerst open vragen en geef ruimte.

💬 *“Hoe ziet het poetsmoment er bij jullie meestal uit?”*

Zegt iemand “gaat goed”. Vraag dan door:

💬 *“Wat maakt dat het goed gaat?” of “Wat lukt juist nog niet zo?”*

Zo krijg je echte informatie, sluit je beter aan en voorkom je weerstand. Maak er geen vast script van, maar luister echt en speel daarop in.

## ✗ VALKUIL 3: TE VEEL TEGELIJK WILLEN

Als je alles tegelijk wilt bespreken, raakt het kind (en jijzelf) het overzicht kwijt.

### ✓ Wat werkt?

Focus op één gedragsdoel per keer. Vraag bijvoorbeeld:

 *“Wat zou jij graag willen verbeteren voor de volgende keer?”*

Zo voelt het haalbaar, krijgt het kind meer regie en is de kans groter dat het lukt.

Door samen te kiezen, groeit de motivatie.

## ✗ VALKUIL 4: GEEN INZICHT IN VOORTGANG

Kinderen (en ouders) zien of snappen zelf niet wat er beter gaat. En jij misschien ook niet.

### ✓ Wat werkt?

Laat duidelijk zien welke stappen ze al hebben gezet, bijvoorbeeld met een scorekaart of visuele voortgangsk kaart. Zo zien ze in één oogopslag wat ze hebben bereikt.

 *“Je hebt nu al 5 punten, knap gedaan! Wat denk je dat jou zou helpen om volgende keer nog meer punten te halen?”*

Zo groeit het zelfinzicht en wordt gedrag leuker om vol te houden.

Snelle, visuele en haalbare feedback werkt motiverend.

Voor kind, ouder én jezelf.

## ✗ VALKUIL 5: GEEN OOG VOOR HET ÉCHTE LEVEN

Wat jij adviseert klopt misschien helemaal volgens het boekje en de richtlijn. Maar thuis is er haast, stress en een peuter met een driftbui.

### ✓ Wat werkt?

Toon begrip en zoek samen naar wat wél werkt in hun dagelijks leven.

 *“Wanneer lukt het om te poetsen en wanneer is het lastig?”*

Zo ontdek je wat haalbaar is en kun je advies geven dat aansluit op hun werkelijkheid.

Maak samen een afspraak die past bij hún leven, niet bij het ideaal plaatje.

## ✗ VALKUIL 6: FOCUS OP WAT ER MISGAAT

Als zorgverlener zie je snel wat beter kan. Waardevol, maar zo vergeet je soms het kind en de ouder echt mee te nemen.

Vaak geef je meteen een TIP, zonder eerst verbinding te maken en waardering te geven.

### ✓ Wat werkt?

Maak eerst contact. Begin met wat al goed gaat (TOP), geef daarna je TIP en sluit weer positief af (TOP). Zo voelt het kind zich gezien en groeit motivatie.

 *“Wat goed dat jullie al standaard water drinken in plaats van sap.”*

Johnny noemt dit het **hamburgermodel** :

**TOP – TIP – TOP**

Zo geef je vertrouwen én motivatie om echt iets te veranderen.

## ✗ VALKUIL 7: GEEN AANSLUITING BIJ HET KIND

Voor veel kinderen voelt het consult niet voor hén bedoeld. Te saai, te moeilijk, of gewoon niet leuk. Dan haken ze af.

### ✓ Wat werkt?

Maak het leuk en praktisch. Laat kinderen zelf kiezen waar ze aan willen werken en houd het doel klein en haalbaar.

- ☰ *“Wat zou jij graag willen verbeteren met poetsen?”*
- ☰ *“Wat vind jij zelf nog lastig met tandenpoetsen?”*
- ☰ *“Als je één ding kon kiezen om te veranderen, wat zou dat zijn?”*
- ☰ *“Wat wil jij volgende keer kunnen laten zien?”*

Zo voelen ze: *“Dit gaat over mij.”* Doen ze vanzelf meer mee.

Focus eerst op het kind, neem de ouder mee en vorm samen een **krachtige gouden driehoek**. Dan werkt het echt.



## BONUS: JE GAAT TE HARD VOOR JEZELF

Je trekt het consult, het gesprek, de motivatie, alles. Je wilt het goed doen, maar zo wordt het zwaar. En eerlijk? Dat is niet vol te houden.

### ✓ Wat werkt?

Geef het proces deels terug aan het kind en de ouder. Laat hen meedenken, kiezen en reflecteren.



*“Ik zie dat je echt je best doet, goed bezig!”*

Zo bekrachtig je gedrag op een positieve manier, zonder druk.

Je hoeft het niet alleen te dragen.

Wees de coach, niet de redder.

## In één oogopslag: de 7 valkuilen

1. **X** Geen structuur
2. **X** Te snel advies
3. **X** Te veel tegelijk
4. **X** Geen inzicht in voortgang
5. **X** Geen oog voor het échte leven
6. **X** Focus op wat misgaat
7. **X** Geen aansluiting bij het kind

**Bonus:** **X** Je gaat te hard voor jezelf

## Klaar om te starten met iets dat direct werkt?

Je hebt deze PDF niet voor niets opgevraagd.  
Je staat open voor een frisse, effectieve aanpak voor jouw preventieconsulten.  
En daar helpen we je graag bij.

 Speciaal daarom kun je nu gratis **Johnny's Puntenkaart Testset** uitproberen.

Tijdelijk beschikbaar en niet te vinden via onze website of webshop.

Alleen voor zorgverleners zoals jij, die hebben laten zien: *ik wil het anders doen, voor het kind én mezelf.*

 Wat zit erin?

5 Puntenkaarten

1 Eet- en drinkmomentenkaart

Een korte, praktische handleiding

✓ Met deze Testset kun je direct aan de slag met wat écht werkt:

🎯 Meer structuur, motivatie en samenwerking.  
Precies wat je nodig hebt om de 7 valkuilen uit deze PDF te doorbreken.

Je hoeft het dus niet allemaal zelf te bedenken.  
Wij leggen de basis, jij past het toe op jouw manier.

👉 [Bestel nu je gratis Testset](#)

Voor jezelf. Voor het kind. Voor het team.

Want preventie mag ook gewoon leuk zijn.

♥ **Johnny Joker**