

Gewoon Gaaf met Johnny Joker

Non-Operative Caries Treatment and Prevention in de praktijk



Gewoon Gaaf meets Johnny Joker

In maart van dit jaar stelde het Ivoren Kruis het stappenplan van de preventiemethode *Gewoon Gaaf* beschikbaar voor mondzorgpraktijken. Uit het bekende onderzoek van dr. Erik Vermaire is gebleken dat *Gewoon Gaaf* (een patiëntvriendelijke naam voor NOCTP) voor 70% minder caviteiten kan zorgen door de nadruk te leggen op het stimuleren van goede zelfzorg bij de (ouder van de) patiënt van 0-18 jaar.

Johnny Joker is een Nederlands initiatief dat zich richt op het aanleren van gezond gedrag bij kinderen door middel van *entertainment education*. Dat betekent dat voorlichting en amusement worden geïntegreerd in het streven naar gedragsverandering. In dit document lichten we toe hoe u Johnny Joker kunt gebruiken om *Gewoon Gaaf* op een kindvriendelijke manier in uw praktijk toe te passen bij kinderen van 0 tot ongeveer 8 jaar.

Effectief communiceren bij Gewoon Gaaf

Bij primaire preventie, zoals omschreven in het stappenplan van *Gewoon Gaaf*, is effectief communiceren over gezond gedrag bij ouder en kind van groot belang. De centrale boodschap is dat wie goed poetst en er een verstandig consumptiepatroon op nahoudt, zijn gebit gewoon gaaf kan houden.

Het Ivoren Kruis stelt terecht dat het inlevingsvermogen van de mondzorgverlener een grote rol speelt bij de toepassing van *Gewoon Gaaf* in de praktijk. Maar hoe communiceert u effectief met jonge kinderen over het belang van verstandig poets-, eet- en drinkgedrag? Het stappenplan van *Gewoon Gaaf* biedt daarvoor een aantal handvatten. U geeft complimenten bij goed gedrag, geeft advies als verbetering nodig is, bijvoorbeeld poetsinstructie, en u maakt na ieder consult zelfzorgafspraken met de (ouder van de) patiëntjes, waar u tijdens een volgend bezoek weer op terugkomt. Ook adviseert het Ivoren Kruis om *motivational interviewing* toe te passen.

Averechts effect?

Zoals voor alle communicatie geldt, is het ook hier de toon die de muziek maakt. Zeker bij een 'publiek' dat misschien niet direct zit te springen om uw boodschap. Uit onderzoek is namelijk gebleken dat kinderen van nature niet geïnteresseerd zijn in voorlichting over een gezond gebit; ze hebben niet de capaciteit om een afweging te maken over langetermijndoelen op basis van argumenten (Buijzen, Van Reijmersdal, & Owen, 2010). Het louter aan kinderen uitleggen dat tandenpoetsen belangrijk is voor een gezond gebit zal daarom niet beklijven. Recent onderzoek laat bovendien zien dat het onderstrepen van de nadelige gevolgen van ongezond gedrag in voorlichtingsboodschappen, bijvoorbeeld door te zeggen 'dat een kind moet poetsen omdat het anders gaatjes krijgt', vaak averechts werkt: het roept weerstand op en werkt defensieve reacties in de hand (Das, 2014; Peters et al., 2013). Desondanks zijn veel boodschappen rondom het bevorderen van gezond gedrag veelal gebaseerd op de traditionele socio-cognitieve modellen van beredeneerd gedrag. Ze

voorspellen dat het communiceren van de nadelige gevolgen van het ongewenste gedrag (waargenomen risico, waargenomen ernst), bij voorkeur in combinatie met het bieden van handvatten hoe dit risico te reduceren (eigen effectiviteit, respons effectiviteit) kan leiden tot het gewenste gedrag. Kortom, het succesvol toepassen van Gewoon Gaaf vergt wat van de communicatieve vaardigheden van mondzorgverleners.



Humor, verhalen en open vragen

Wat werkt dan wel? Verhalen en humor verminderen weerstand tegen beïnvloeding door positief affect en identificatie (De Graaf et al, 2012). Authenticiteit, het kinderen zelf laten ontdekken en ervaring opdoen met het gewenste gedrag (Petraglia, 2009), en het stellen van open vragen (Rollnick & Miller, 1995), bevorderen een positieve houding ten aanzien van het gewenste gedrag. Weerstand kan voorkomen worden door voorlichtingsboodschappen te verpakken in verhalende vorm. Bij kinderen is de opgewekte affectieve reactie een goede voorspeller van hun gedrag: bij negatief affect wordt gedrag vermeden, bij positief affect wordt gedrag uitgevoerd. Wanneer we deze respons doortrekken naar effectieve voorlichting over cariëspreventie kunnen we concluderen dat wanneer kinderen een verhaal leuk vinden, ze het gedrag dat erin gepromoot wordt, ook leuk vinden en daardoor waarschijnlijk zullen uitvoeren (De Droog, Buijzen, Opree, & Valkenburg, 2011). Een bijkomend voordeel van vrolijke, humoristische verhalen is dat ze angst en weerstand tegen aanbevolen gedrag weg kunnen nemen (Yoon & Tinkham, 2013). Dit suggereert dat humoristische verhalen over tandenpoetsen een positiever effect sorteren op poetsgedrag dan traditionele manieren van overtuigen, en dat deze verhalen mogelijk ook een positieve rol kunnen spelen bij speciale doelgroepen, zoals kinderen met tandartsangst.

Zet een Joker in!

Johnny Joker gebruikt storytelling, humor, motivational interviewing en aansprekende 'characters' als belangrijkste en (bewezen) succesvolle ingrediënten om kinderen te inspireren en te motiveren. In de grappige boekjes van Johnny komen spelenderwijs verschillende onderwerpen aan bod, zoals tandenpoetsen en gezond eten. Het gaat daarbij niet om langetermijndoelen, zoals gezond worden of blijven; de verre toekomst is veel te abstract voor kinderen (en vaak ook voor volwassenen). Bij Johnny draait het om plezier in het hier en nu, om zelf ontdekken en zelf je motivatie vinden. In het boekje 'Johnny Joker houdt zijn kiezen op elkaar', poetst Johnny zijn tanden met chocoladepasta (plezier). Zijn moeder is zijn gedrag zo beu dat ze verzucht dat hij niet meer hoeft te poetsen. Is Johnny aanvankelijk nog blij, al snel merkt hij dat het niet poetsen veel nadelige consequenties heeft (zelf ontdekken). Hij ruikt uit zijn mond, er groeien sperziebonen tussen zijn tanden en op een gegeven moment kleven zijn tanden zelfs aan elkaar. Johnny is dan ook maar al te blij als hij weer mag poetsen (intrinsieke motivatie).

Uit een recente pilotstudie onder 36 kinderen van vier tot en met zes jaar (Den Elzen, 2015) is gebleken dat het gedurende 1 week dagelijks voorlezen van het Johnny Joker verhaal de attitude ten aanzien van tandenpoetsen, de belangrijkste voorspeller van de gedragsintentie, al positief beïnvloedde.



Onze tools

Johnny Joker heeft een aantal ondersteunende tools voor mondzorgpraktijken die *Gewoon Gaaf* succesvol willen toepassen. U kunt ze op verschillende momenten voor verschillende doelgroepen inzetten.

- Poetsmedaille
- Button
- Knuffel
- Johnny Joker houdt zijn kiezen op elkaar (boekje met motivational interviewing)
- Poetssticker (beloningssysteem)
- Poetsdiploma
- Poetsmedaille

Meer informatie?

Voor meer achtergrondinformatie over Johnny Joker en de mogelijkheden voor *Gewoon Gaaf* kunt u contact opnemen met:

Marnix Hoppener

M: 06-24606717

E: marnix@johnnyjoker.com

W: www.johnnyjoker.com