



Susținerea deciziilor dvs.

Femei însărcinate

Medici



Acest instrument poate servi la crearea unei relații de **încredere** care permite desfășurarea unor **conversații plăcute**. Optați pentru **onestitate, ascultare, respect reciproc și incluziune**.

V-ați înscris doar în momentul în care ați optat pentru înscriere	✓ Păstrați conversații axate pe decizii și dați responsabilitatea persoanelor să le adopte ✓ Presupuneți că persoanele au optat pentru înscriere și că acestea sunt de acord cu ce intenționați dvs.
Puteți spune nu , puteți spune da , puteți întreba , puteți reflecta la aceste lucruri, vă puteți răzgândi — dvs. decideți care sunt lucrurile care contează pentru dvs.	Respectați deciziile luate, chiar dacă nu sunteți de acord – un e nicio problemă dacă nu sunteți de acord ✓ Solicitați consiliere și asistență din partea colegilor dacă nu știți în ce mod să sprijiniți decizia luată
Ar trebui să primiți toate informațiile de care aveți nevoie (nici mai mult, nici mai puțin) care sunt ușor de accesat și ușor de înțeles , pentru a contribui la informarea deciziilor dvs.	✓ Furnizați și semnați toate informațiile necesare în vederea adoptării unei decizii libere ✓ Ajuțați la explicarea informațiilor folosind acronimul BRAIN ✓ Verificați dacă au fost înțelese informațiile, discutați despre acestea Presupuneți că informațiile sunt înțelese Alegeți informații pentru a influența decizia Țineți la distanță decizia în cazul în care nu sunteți de acord cu ea
Nu toate deciziile dvs. ar putea fi ușor de îndeplinit – luați în calcul realizarea unor modificări rezonabile dacă acest lucru ajută la adoptarea deciziei dvs.	✓ Reflectați la ‘modul în care ar putea fi adoptată această decizie’ ✓ Luați în calcul și veniți cu modificări rezonabile pentru a facilita adoptarea deciziei ✓ Verificați dacă au fost înțelese informațiile, discutați despre acestea Respingeți o decizie pentru simplul motiv că este dificil de pus în practică în cazul în care nu sunteți de acord cu ea

BRAINS vă poate ajuta să formulați întrebări.

- B** = Care sunt **Beneficiile**?
- R** = Care sunt **Riscurile**?
- A** = Care sunt **Alternativele**?
- I** = Ce vă transmite **Intuiția** sau presentimentul?
- N** = Ce se va întâmpla dacă nu vom Nimic pentru moment? Putem aștepta și reflecta puțin la acest lucru?
- S** = Puteți obține o opinie medicală **Secundară**? Cu cine mai puteți discuta despre acest lucru?

Acronimul BRAINS vă ajută să purtați conversații care vă vor ajuta să adoptați o decizie.