

Virtueller Stammtisch #3

Tipps für das erste Vorgespräch

Selbstbestimmt steril e.V.

Kurze Vorstellungsrunde

- Daniela
- 32 Jahre
- Naturwissenschaftlerin mit Leib & Seele
- Geschieden,
war mit einem Arzt verheiratet,
keine Kinder

Kurze Vorstellungsrunde - Mein Weg zur Sterilisation

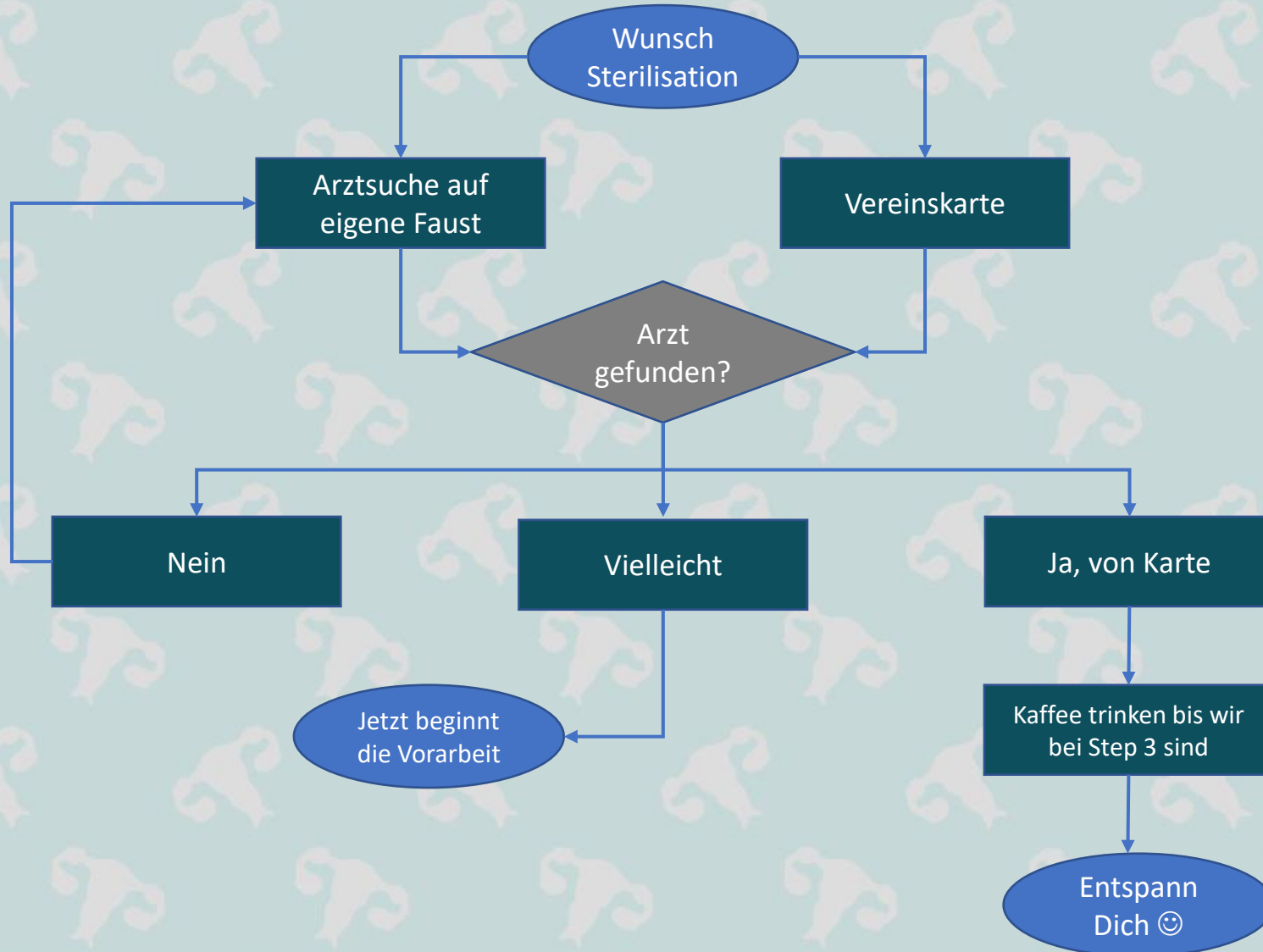
- private Recherche → Sackgasse ☹️
- zufällig auf den Verein gestoßen → Insider-Infos
- Arzt in Mannheim, nicht auf Karte (eher konservativer Typ)
- persönliche Vorbereitung → lesen, lesen, lesen

- 1. Vorgespräch Mitte September 2020
- OP: November 2020 😊

Meine These:

Mit der richtigen Vorbereitung kann der 1. Versuch direkt ein Treffer sein

Planung ist die halbe Miete!



Step 1

Sei besser als die CIA!

Oder: Recherche & sein Gegenüber kennenlernen

Step 1: Sei besser als die CIA!

Ihr habt Eure Wunsch-Anlaufstelle gefunden; unklare Situation, ob die es auch machen

Bereitet Euch auf Euer Gegenüber vor!

→ Führt der Arzt überhaupt Steris durch?

Google, Brigitte-Forum, interne Vereinsliste, Jameda, Leidensgenossen fragen

→ Wie heißt der Arzt? Wo hat er studiert? Alter? Was macht er privat so?

Mitglied in Fachverbänden/ Vereinen?

Achtung:

Noch nicht direkt den Arzt kontaktieren, denn noch seid Ihr nicht genug vorbereitet!

Step 2

Fachliche Recherche

*Oder: Sei vorbereitet, damit Du keine
Märchen hören musst!*

Step 2: Fachliche Recherche

Ihr kennt Euren Wunscharzt, hattet aber noch keinen Kontakt.
Der Wunsch ist gereift und ihr könnt es kaum erwarten.

Bereitet Euch auf die erste Kontaktaufnahme vor!

- Recherche der Fachliteratur: Google, Vereinsseite, Medizinfores, Wikipedia, Bücher
- Wie funktioniert der Eingriff? Fachbegriffe & mögliche Probleme nachlesen
- Mit welchen Kosten muss ich rechnen?
- Rechtliche Situation?
- Warum will ich den Eingriff für mich (kurz & knapp!)?

Ziel: Schon vor dem 1. Arztgespräch alle Antworten kennen und informiert wirken

Step 3

Der 1. Kontakt

Oder: Die Terminvereinbarung als 1. Eindruck

Step 3: Der 1. Kontakt - Terminvereinbarung

a) Telefon	b) Email	c) Vorbeigehen
<ul style="list-style-type: none">• „Bitte um Informationsgespräch Verhütung.“• Bonus für Mutige: „Informationsgespräch Sterilisation“• Die Arzthelferin kennt Euch nicht, ist oft gestresst und sowieso nicht die Zielperson	<ul style="list-style-type: none">• „Bitte um Informationsgespräch Verhütung.“• Bonus für Mutige: „Informationsgespräch Sterilisation“• Adressat unbekannt: es könnte auch direkt beim Arzt landen → schlau formulieren!	<ul style="list-style-type: none">• Terminvereinbarung Verhütung• Achtung: Das Praxispersonal sieht Euch das 1. Mal →• „Kleider machen Leute“ Ordentliches, seriöses Auftreten.• Betretet die Praxis alleine.• Die Arzthelferin kennt Euch nicht, ist oft gestresst und sowieso nicht die Zielperson
<p>→ kurz & Knappe Antworten, keine unnötigen Informationen geben.</p> <p>→ Keine Lebens-/ Leidensgeschichten auspacken.</p>		

Step 4

„Kleider machen Leute“

Oder: Vorurteile im Realitätscheck

Ein kleines Spiel ...

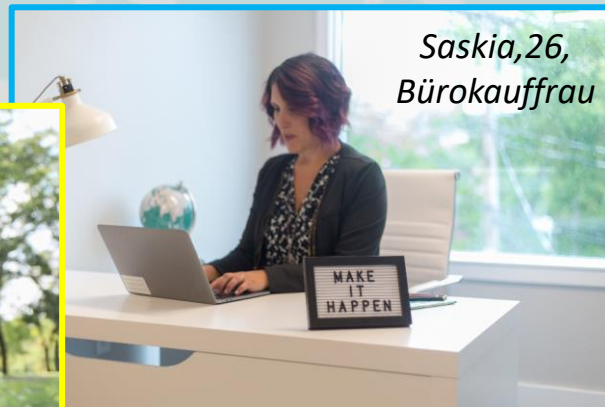
Welcher Patient könnte von welchem Arzt sterilisiert werden?



Hannah, 22, Studiert Fashionmarketing



Lisa, 34, Führungskraft



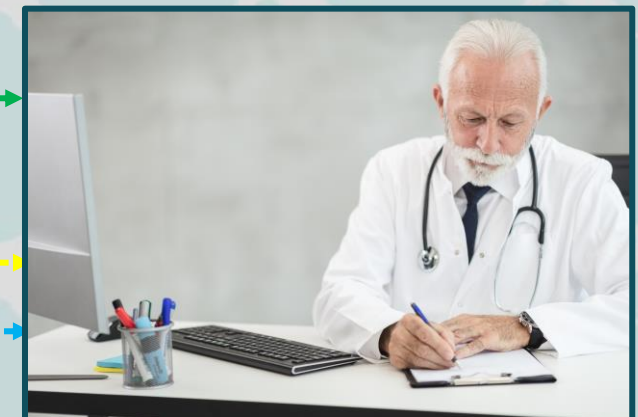
Saskia, 26, Bürokauffrau



Helena, 34, 3-fache Mutter



Frau Uteroso, 34, Gynäkologin im Hamburger Klinikum



Prof. Dr. Schmitthoff, 60, Gynäkologe in Lauterhofen

Step 4: Kleider machen Leute – Die äußere Erscheinung

Der große Tag ist gekommen. Ihr seid nervös.

„Wenn ein Baum sich zu beugen versteht, wird er nie vom Winde gebrochen.“

- **Seriöses Auftreten, gepflegte Kleidung, „Business-Casual“**
- **Weniger ist mehr: Piercings, Tattoos, bunte Haare, Print-T-shirts...**
- **Evtl.: Versuche älter & reifer zu wirken**
- **Sei wie beim Vorstellungsgespräch!**
- **So viel Anpassung wie nötig, so wenig wie möglich!**
- **Seid zu allen sehr freundlich. Lächeln nicht vergessen 😊**

Ziel: Vorstellung einer absolut entscheidungssicheren Person

Der 1. Eindruck ist oft hilfreich

Step 5

~~Das Bewerbungsgespräch~~

Beratungs-

Jetzt gilt es den Arzt von Eurem Wunsch & Willen zu überzeugen

Step 5: Das Beratungsgespräch

- Seelische Unterstützung ist gut...

aber geh alleine in die Sprechstunde!

- Vorbereitet sein ist wichtig....

aber keine Karteikarten oder Zettel auspacken!

- Nervös sein ist normal...

aber lass es Dir nicht anmerken!

- Deine Probleme/ Wünsche haben Dich erst hierhin gebracht...

aber fang nicht an zu jammern!

- Nachfragen bringt Dich voran...

aber stelle ausgewählte, schlaue Fragen!

- Der Arzt hat studiert...

aber hat er auch immer recht? Sei kritisch!

**Vielen Dank für Eure
Aufmerksamkeit!**

Habt Ihr noch Fragen???