

Keuzedeel mbo

Gewichtsconsulent

Code

K1305

Ontwikkeld door: Summa college i.s.m. Beroepsvereniging Gewichtconsulenten Nederland
Penvoerder: Sectorkamer zorg, welzijn en sport

1. Algemene informatie

D1: Gewichtconsulent

Studielast

480

Beroepsvereisten

Nee

Certificaten

Nee

Ontwikkeld voor kwalificatie(s)

Zie bijlage op www.s-bb.nl/kwalificatiedossiers

Toelichting

Dit keuzedeel bereidt je voor op een carrière als gewichtconsulent. Het keuzedeel is ingedeeld in de drie erkenningsonderdelen van de Beroepsvereniging Gewichtconsulenten Nederland. Indien het examen aan de voorwaarden van de Beroepsvereniging Gewichtconsulenten Nederland (BGN) voldoet, kun je jezelf na positieve afronding van dit keuzedeel registreren bij de BGN. Indien dit niet het geval is, dient het keuzedeel ter goede voorbereiding op het examen van de BGN.

Als je eenmaal bij de BGN geregistreerd bent dien je te voldoen aan de registratie-eisen van de BGN. Dit betekent dat je voldoet aan de volgende eisen.

- Je blijft werken volgens de richtlijnen goede voeding, de voedingsnormen en de beweegrichtlijnen van de Gezondheidsraad.
- Je hebt een inschrijving bij Kamer van Koophandel of werkgeversverklaring van dienstverband.
- Je doet niet aan verkoop van afslankproducten/maaltijdvervangers.
- Je volgt nascholing om aan de de nascholingsreis te voldoen.

Relevantie van het keuzedeel

Steeds meer mensen weten dat bewegen, gezonde voeding en ontspanning bijdragen aan een langer gezond en vitaal leven. De levensverwachting in Nederland stijgt van 81,5 jaar nu, naar bijna 84 jaar in 2040. De kans om heel oud te worden neemt flink toe. Leefstijlgerelateerde aandoeningen waarbij overgewicht vaak een rol speelt vormen daarin een risico voor de zorg.

In 2019 had 50,1% van de Nederlanders van 18 jaar en ouder matig of ernstig overgewicht. Van de kinderen van 4 t/m 17 jaar oud had 13,2% in 2019 overgewicht, waarvan 11% matig overgewicht en 2,1% ernstig overgewicht. Door preventie en aanpak van overgewicht in een vroeg stadium zijn veel chronische aandoeningen en de gevolgen daarvan te voorkomen. De uitdagingen zijn hierbij om de gezondheidszorg, maatschappelijke en persoonlijke omgevingsfactoren alsmede de individueel benodigde gedragsverandering duurzaam om te buigen. Door studenten in het mbo de gelegenheid te bieden zich te scholen ontwikkelen tot Gewichtconsulent, leiden we landelijk steeds meer mensen op die zich gespecialiseerd hebben in het adviseren en begeleiden van mensen, die te maken hebben met overgewicht. Het begeleiden van cliënten speelt een belangrijke rol, omdat het voor veel mensen moeilijk is om zelfstandig af te vallen zonder goede begeleiding. Een gewichtconsulent kan cliënten helpen met het aanleren van een gezondere levensstijl door de cliënt te leren waar ze op moeten letten.

Beschrijving van het keuzedeel

Het keuzedeel richt zich op de drie hoofdwerkzaamheden van een gewichtconsulent: begeleiding en coaching, lezingen en cursussen geven en een zelfstandige praktijk voeren. Je werkt volgens de geldende richtlijnen goede voeding, de voedingsnormen en de beweegrichtlijnen van de Gezondheidsraad. Je helpt cliënten op een natuurlijke manier bij hun gewichts- en gedragsdoelen.

Branchevereisten

Ja,
Zie vereisten Gewichtconsulent BGN

Aard van keuzedeel

Verdiepend

2. Uitwerking

D1-K1: Ondersteunt en faciliteert een gezonde leefstijl in de rol van gewichtsconsulent

Complexiteit

Het werk van de gewichtsconsulent is afwisselend maar ook gestructureerd op de werkwijzen van de Beroepsvereniging Gewichtsconsulenten Nederland (BGN). De werkzaamheden vinden voornamelijk lokaal plaats. Het uiteindelijke doel is om een duurzame gedragsverandering te bewerkstelligen bij cliënten en informatie te verspreiden op het gebied van voeding en beweging. Dit vereist doorzettingsvermogen, geduld, vasthoudendheid, creatief en oplossingsgericht denken van de beginnend beroepsbeoefenaar en kennis en vaardigheden omtrent het informeren over producten en levensmiddelen; het stellen van SMART-doelen; netwerken en coachen. Dit maakt het werk uitdagend en complex. De cliënt kan naast fysieke problemen ook psychische problemen hebben, waar de beginnend beroepsbeoefenaar op een juiste manier mee om moet kunnen gaan en waar nodig doorverwijzen naar een professional.

Verantwoordelijkheid en zelfstandigheid

De beginnend beroepsbeoefenaar begeleidt individuele cliënten naar een gezond eet- en beweegpatroon. Hij/zij vervult een adviserende, begeleidende en ondersteunende rol die varieert per cliënt. Daarnaast onderwijst en begeleidt hij/zij groepen in de vorm van bijeenkomsten, workshops en lezingen over voeding en gewichtsbeheersing. Hij/zij voert deze werkzaamheden uit vanuit een eigen praktijk.

De beginnend beroepsbeoefenaar werkt zeer zelfstandig en onder eigen verantwoordelijkheid in het coachen, adviseren en begeleiden; het geven van workshops en lezingen en het voeren van de eigen praktijk. Er is weinig samenwerking of reguliere uitwisseling met collega's. Hij/zij is eindverantwoordelijke voor de eigen werkzaamheden.

Vakkennis en vaardigheden

De beginnend beroepsbeoefenaar:

- heeft kennis van algemene voedingsleer betreffende macro- en micronutriënten
- heeft kennis van bestaande afslankmethoden en voedingsvisies
- heeft kennis van cliëntenregistraties en –administratie (systemen)
- heeft kennis van communicatievormen en gesprekstechnieken
- heeft kennis van de anatomie en fysiologie van de spijsverteringsorganen
- heeft kennis van de geldende richtlijnen op het gebied van voeding en bewegen
- heeft kennis van de grenzen van het vakgebied
- heeft kennis van de invloed van beweging op gewicht en gedrag
- heeft kennis van de markt van de eigen branche
- heeft kennis van de onderdelen van een ondernemingsplan
- heeft kennis van de onderwerpen en vragen die gesteld worden in een anamnese
- heeft kennis van de opbouw van een programma
- heeft kennis van de spijsvertering en stofwisseling van voedingsstoffen
- heeft kennis van de verschillende technieken om een voedingsanamnese af te nemen
- heeft kennis van de verschillende voedingsberekenningsmethoden
- heeft kennis van didactische analysemodellen
- heeft kennis van didactische hulpmiddelen
- heeft kennis van didactische werkvormen
- heeft kennis van diverse begrotingen
- heeft kennis van evalueren
- heeft kennis van financieel beheer
- heeft kennis van haalbare en realistische stappen om gedrag te veranderen
- heeft kennis van het opstellen van een SWOT-analyse
- heeft kennis van het opstellen van prijscalculatie, offerte en algemene voorwaarden
- heeft kennis van het opstellen van SMART-doelen
- heeft kennis van het verrichten van diverse metingen van het menselijk lichaam
- heeft kennis van het werken met groepen
- heeft kennis van het werven en behouden van cliënten/opdrachten
- heeft kennis van interventies bij eten rondom speciale gelegenheden (feestdagen, verjaardagen, etc.)
- heeft kennis van marketing en public relations
- heeft kennis van ondernemersvormen
- heeft kennis van producten en levensmiddelen
- heeft kennis van relevante verzekeringen
- heeft kennis van relevante wet- en regelgeving
- heeft kennis van verschillende coachings- en gesprekstechnieken en communicatievormen

D1-K1: Ondersteunt en faciliteert een gezonde leefstijl in de rol van gewichtsconsulent

- heeft kennis van voedings- en energiebehoeften van de relevante doelgroepen
- kan advies geven en informatie verstrekken over gezondheid, beweging, voeding en gewicht aan de hand van de geldende richtlijnen
- kan alle gegevens van de cliënt in een cliëntenadministratie registreren en verwerken
- kan bepalen hoeveel energie en nutriënten de individuele cliënt nodig heeft gerelateerd aan het doel/de doelen
- kan cliënt coachen en begeleiden naar een gezond voedingsgedrag
- kan cliënten coachen en motiveren naar een gezond leefpatroon
- kan cliënten objectieve informatie geven over levensmiddelen en producten
- kan cliënten voorlichten over voeding, stofwisseling en spijsvertering
- kan cliënten/opdrachtgevers werven en behouden
- kan communicatietechnieken toepassen
- kan de doelgroep bepalen
- kan de eigen grenzen van deskundigheid bepalen en zo nodig doorverwijzen
- kan de hulpvraag van de cliënt helder maken en verwoorden
- kan de hulpvraag van de opdrachtgever in kaart brengen
- kan de hulpvraag van de opdrachtgever vertalen naar een leerdoel
- kan de Nederlandse taal in woord en geschrift correct toepassen
- kan didactische hulpmiddelen op het juiste moment inzetten
- kan didactische werkvormen op de juiste manier en het juiste moment inzetten
- kan een analyse maken van de voeding van de cliënt en de resultaten interpreteren
- kan een anamnese uitvoeren
- kan een begroting opstellen
- kan een behandelplan en strategie opstellen aangepast aan het doel/de doelen, de wens en situatie van de cliënt
- kan een bijeenkomst gestructureerd vormgeven
- kan een didactisch model maken (bijvoorbeeld lesontwerp) voor het didactisch concept (bijvoorbeeld informatiebijeenkomst)
- kan een evaluatie analyseren, beoordelen en conclusies trekken
- kan een evaluatie(formulier) opstellen
- kan een financiële administratie voeren
- kan een groep begeleiden en het groepsproces in goede banen leiden
- kan een marktonderzoek voor de eigen branche uitvoeren en verwerken
- kan een ondernemingsplan opstellen
- kan een prijscalculatie, offerte en algemene voorwaarde opstellen
- kan een professioneel netwerk opbouwen en onderhouden
- kan een rapportage schrijven voor/aan een verwijzer
- kan een SWOT-analyse maken
- kan factureren
- kan gesprekstechnieken hanteren en aanpassen aan het doel van het gesprek en het niveau van de cliënt
- kan het (voedings)gedragpatroon van de cliënt in kaart brengen
- kan het voedingspatroon van de cliënt in kaart brengen
- kan luisteren naar de klant en didactische concepten (bijvoorbeeld informatiebijeenkomsten) vormgeven
- kan metingen verrichten t.b.v. gewichtsbepaling/lichaamsanalyse t.o.v. gezondheidsniveau
- kan omgaan met feedback, klachten en complimenten
- kan omgaan met grenzen, macht, agressie en conflicten
- kan op een heldere en constructieve manier communiceren met de cliënt
- kan promotie-activiteiten voeren
- kan regelmatige evaluatie van het doel/de doelen plannen en uitvoeren
- kan, samen met de cliënt, heldere en haalbare doelen stellen (SMART)

D1-K1-W1: Begeleidt, adviseert en coacht tot gedragsverandering op het gebied van voeding en beweging

Omschrijving

De beginnend beroepsbeoefenaar voert anamneses uit. Daarbij bewaakt hij/zij de grenzen van het vakgebied en adviseert of verwijst zo nodig door naar andere disciplines. In voorkomende gevallen communiceert hij/zij met andere disciplines over de constatering en de hulpvraag. Indien van toepassing coacht hij/zij de cliënt volgens plan in de duurzame gedragsverandering omtrent voeding en beweging. Gezamenlijk met de cliënt brengt de beginnend beroepsbeoefenaar de energie- en nutriëntbehoefte in kaart en formuleert de bijbehorende doelen en afspraken. Hij/zij stelt een behandelplan op en bespreekt de doelen uit het plan met de cliënt. De vorderingen houdt hij/zij bij in het (digitale) dossier van de cliënt. Gezamenlijk met de cliënt evalueert de beginnend beroepsbeoefenaar periodiek de doelstellingen, resultaten en begeleiding. Hij/zij bespreekt de

D1-K1-W1: Begeleidt, adviseert en coacht tot gedragsverandering op het gebied van voeding en beweging

uitkomsten met de cliënt en bekijkt gezamenlijk de vervolgstappen. Dit kan zijn: de behandeling op dezelfde weg voortzetten, de behandeling afronden, de behandeling bijstellen of een andere deskundige of discipline inschakelen. Hij/zij verwerkt deze in een dossier per cliënt.

Resultaat

Er is per cliënt een duidelijk behandelingsplan vastgesteld dat gedurende het traject wordt geëvalueerd en actueel gehouden. De cliënt heeft de benodigde coaching, advies en begeleiding ontvangen tijdens het traject. Indien noodzakelijk is de cliënt doorverwezen naar een ander vakgebied.

Gedrag

De beginnend beroepsbeoefenaar:

- toont belangstelling voor de cliënt en diens hulpvraag;
- werkt analytisch en systematisch;
- berekent nauwkeurig de juiste energie- en nutriëntenbehoefte;
- geeft duidelijk aan waar verschillen bestaan tussen behoefte en de daadwerkelijke inname;
- laat (non-verbale) signalen zien die aandacht en interesse tonen;
- handelt integer, gaat discreet om met gevoelige/vertrouwelijke informatie;
- is open, eerlijk en nieuwsgierig en handelt onbevooroordeeld;
- verwerkt en registreert alle gegevens van de cliënt accuraat in een cliëntenadministratie;
- geeft duidelijk en diplomatiek de haalbaarheid en realiteit van de doelen die de cliënt voor ogen heeft aan;
- neemt cliënt mee in te maken keuzes;
- past op de juiste manier SMART methode toe om doelen te formuleren;
- herkent grenzen van het vakgebied en handelt hier adequaat op;
- checkt met de cliënt hoe de overwegingen en argumenten vallen en of de cliënt deze begrijpt.

De onderliggende competenties zijn: Beslissen en activiteiten initiëren, Aansturen, Begeleiden, Aandacht en begrip tonen, Samenwerken en overleggen, Ethisch en integer handelen, Formuleren en rapporteren, Vakdeskundigheid toepassen, Analyseren, Op de behoeften en verwachtingen van de "klant" richten, Instructies en procedures opvolgen

D1-K1-W2: Geeft lezingen, workshops en cursussen op het gebied van een gezonde voeding, voedselkeuze, voedings- en beweeggedrag

Omschrijving

De beginnend beroepsbeoefenaar doet aan voorlichting en onderwijs in de vorm van lezingen, workshops of cursussen. Hij/zij analyseert een probleem of vraagstelling op eigen initiatief of in opdracht van een ander en doet onderzoek. Hij/zij stelt op basis van de bevindingen een leerplan op en voert dit uit in de vorm van een leeractiviteit. Na elke leeractiviteit voert hij/zij een evaluatie uit.

Resultaat

Ideeën over lezingen, workshops en/of cursussen zijn vertaald naar leeractiviteiten. De leeractiviteiten zijn aangeboden en geëvalueerd en/of de voorlichting is gegeven.

Gedrag

De beginnend beroepsbeoefenaar:

- staat waar van toepassing open voor de vraagstelling van de opdrachtgever;
- stelt de juiste vragen om de leervraag goed te formuleren;
- formuleert heldere leerdoelen;
- kiest leeractiviteiten passend bij het leerdoel;
- brengt structuur aan voor de deelnemers;
- geeft les op enthousiaste en inspirerende wijze;
- staat open voor de (individuele) deelnemers van de activiteit;
- speelt snel en adequaat in op onverwachte situaties.
- vraagt actief om feedback;

D1-K1-W2: Geeft lezingen, workshops en cursussen op het gebied van een gezonde voeding, voedselkeuze, voedings- en beweeggedrag

- neemt feedback op gepaste wijze in ontvangst;
- vertaalt feedback op de juiste manier naar verbeterpunten;
- reflecteert zorgvuldig op het eigen handelen.

De onderliggende competenties zijn: Beslissen en activiteiten initiëren, Ethisch en integer handelen, Relaties bouwen en netwerken, Overtuigen en beïnvloeden, Presenteren, Vakdeskundigheid toepassen, Materialen en middelen inzetten, Omgaan met verandering en aanpassen, Met druk en tegenslag omgaan

D1-K1-W3: Vestigt, administreert en leidt de eigen gewichtsconsulentenpraktijk

Omschrijving

De beginnend beroepsbeoefenaar richt een praktijk als gewichtsconsulent op en leidt deze. Hij/zij maakt een ondernemingsplan, regelt de financiën van de praktijk en promoot deze. Hij/zij stelt een profiel op bij de Kamer van Koophandel. Tijdens de bedrijfsvoering ontwikkelt hij/zij zich doorlopend als professional. Hierbij heeft hij/zij te maken met concurrentie. De keuzes die hij/zij maakt op het gebied van marketing, producten, diensten en prijzen zijn bepalend voor het succes van de praktijk.

Resultaat

Een financieel gezonde praktijk als gewichtsconsulent.

Gedrag

De beginnend beroepsbeoefenaar:

- onderzoekt zorgvuldig mogelijkheden voor positionering, profilering, promotie en innovatie;
- werkt nauwkeurig in het opzetten en bijhouden van de financiële administratie;
- gebruikt de juiste software en programmatuur op de juiste manier;
- verwerkt adequaat ideeën en kansen ter bevordering van de onderneming;
- gebruikt creatieve denktechnieken op een passende manier;
- toont lef en experimenteert met ideeën;
- stelt zich representatief en toegankelijk op;
- drukt zich aantrekkelijk, helder en bondig uit in woord en geschrift;
- gebruikt een passende methode om doelen te evalueren en bij te stellen;
- maakt adequaat beargumenteerde keuzes.

De onderliggende competenties zijn: Relaties bouwen en netwerken, Leren, Plannen en organiseren, Op de behoeften en verwachtingen van de "klant" richten, Kwaliteit leveren, Instructies en procedures opvolgen, Gedrevenheid en ambitie tonen, Ondernemend en commercieel handelen, Bedrijfsmatig handelen