



Communicatie en Sociale Gedragstijlen

Programma

Dag 1

- 9.30 Start met energizer, introductie trainer en assistent trainers, kennismaking deelnemers
- 9.50 Spelregels
- 9.55 Verwachtingen
- 10.00 Werkboek uitleg verrassing en leereffect
- 10.05 Filters in communicatie, uitleg en casus
- 10.15 Relatieve waarneming, uitleg en casus
- 10.20 Eigen persoonlijke leerdoelen opstellen
- 11.05 Creatieve oefening waarin je je sterke en zwakke punten in de communicatie ontdekt
- 11.45 Pauze, 15 minuten
- 11.55 Communicatiestijlen:
- introductie
- identificatie eigen communicatiestijl
- communicatiestijlen matrix
- cabaret dat inzicht geeft in eigen communicatiestijl en die van anderen
- 13.00 lunch
- 13.30 Interactieve werkvorm waarin de deelnemers ontdekken hoe het voor een ander is om een bepaalde communicatiestijl te hebben en wat het met de ander doet als je die stijl in je eigen stijl benadert. Hoe je hem onveilig doet voelen, ontmoedigt, enz. op momenten dat je hem juist een veilig gevoel of bemoediging wilt en denkt te geven.
- 15.10 Uitleg ieder heeft alle stijlen, maar er één of soms twee ontwikkeld
- 15.15 Spel om het geleerde toe te passen
- 15.45 Demonstraties van hoe en waarom communicatie tussen zorgverlener en patiënt / cliënt fout kan lopen en hoe dat te veranderen
- 16.15 Pauze 15 minuten
- 16.35 Huiswerkopdracht voor de avond
- 16.40 Het hanteren van teleurstellingen van een ander in jou, met behoud van relatie
- 17.00 Oefenen teleurstellingen: rollenspellen doen in groepjes
- 18.30 Einde dag 1

Tussendoor wordt gewerkt met muziek en andere energizers. De praktijk leert dat de energie zo goed hoog blijft. Muziek wordt ook gebruikt om inzichten te creëren en het geleerde in te prenten.

Bij alle oefeningen krijgen alle deelnemers persoonlijke feedback van trainer en assistenten.



Communicatie en Sociale Gedragstijlen

Dag 2

- 9.30 Start met energizer
- 9.35 Spelregels reminder
- 9.40 Delen met elkaar wat beleefd, ontdekt, etc. gisteren?
- 10.00 Resultaten huiswerk en daarmee een stap verder komen
- 10.30 Spreken in communicatiestijlen d.m.v. de oefening 'Absurde voorstellen'
Iedereen kan minimaal 2 keer oefenen.

- 11.45 Pauze (15 min.)

- 12.05 Absurde voorstellen vervolg

- 13.00 Pauze (45 min)

- 13.30 Werken aan eigen leerdoelen, dmv rollenspellen die gaan over de eigen praktijk
(dus oefenen met één van je eigen cliënten, die 'gespeeld' wordt door iemand anders.)
- 15.00 Context naar inhoud uitleg
- 15.15 Context naar inhoud oefenen in rollenspellen, in groepjes van twee. Iedereen doet twee rollenspellen
- 16.00 Context naar inhoud demo door de assistent trainers. Eerst fout: (zeuren, soebatten, verleiden, argumenteren.) daarna goed (van context naar inhoud en in juiste communicatiestijl)

- 16.15 Pauze (15 min)

- 16.30 Context naar inhoud: vervolg oefenen in rollenspellen in groepjes van twee.
Iedereen doet weer twee rollenspellen
- 17.15 Inzichten delen, geleerde verdiepen en nog meer kwartjes laten vallen
- 17.45 Overzicht van het geleerde tot nu toe in relatie tot wat er nog volgt.
- 17.50 Huiswerkopdracht voor de komende weken
- 17.55 Oefening in waardering geven
- 18.15 Formuleren wat je geleerd hebt (ter beklijving)
- 18.00 Einde dag 2

Tussendoor wordt gewerkt met muziek en andere energizers. De praktijk leert dat de energie zo goed hoog blijft. Muziek wordt ook gebruikt om inzichten te creëren en het geleerde in te prenten.

Bij alle oefeningen krijgen alle deelnemers persoonlijke feedback van trainer en assistenten.



Communicatie en Sociale Gedragstijlen

Dag 3

- 9.00 Start met energizer
- 9.05 Spelregels reminder
- 9.06 Recapituleren hoofdkenmerken alle stijlen
- 9.20 Oefenen spreken in communicatiestijlen
- 9.10 Delen met elkaar wat beleefd, ontdekt, etc. in de praktijk?
- 9.30 Resultaten huiswerk en daarmee een paar stappen verder komen.
- 10.20 Negatieve feedback geven in vier communicatiestijlen, uitleg
- 10.30 Negatieve feedback geven in vier communicatiestijlen, oefenen in rollenspellen in groepjes van twee. Iedereen doet twee rollenspellen

- 11.00 Pauze 15 minuten

- 11.20 Schakelen naar vragend luisteren uitleg
- 11.30 Oefenen vervolg:
Negatieve feedback geven in vier communicatiestijlen en schakelen naar vragend luisteren en/ of het hanteren van een teleurstelling in jou
- 12.15 Inzichten delen, geleerde verdiepen en nog meer kwartjes laten vallen

- 12.30 Pauze (45 min)

- 13.15 Werken aan eigen leerdoelen, dmv rollenspellen die gaan over de eigen praktijk (dus oefenen met één van je eigen cliënten, die 'gespeeld' wordt door iemand anders.)

- 14.30 Oefenen spreken in communicatiestijlen
- 15.00 Omgaan met weerstand uitleg
- 15.15 Omgaan met weerstand oefenen plenair, iedereen oefent
- 15.35 Omgaan met weerstand oefenen in rollenspellen in groepjes van 2, iedereen doet twee rollenspellen

- 16.05 Pauze (15 min)

- 16.20 Omgaan met weerstand: vervolg oefenen in rollenspellen in groepjes van 2, iedereen doet twee rollenspellen
- 16.50 Inzichten delen, geleerde verdiepen en nog meer kwartjes laten vallen
- 17.10 Samenvatten geleerde
- 17.20 Communicatiestrategie voeren, voorbereiden sommige gesprekken
- 17.50 Invullen evaluatie
- 18.00 Laatste ervaring opdoen in je eigen valkuilen en kwaliteiten in communicatie. Geeft stof tot nadenken.
- 18.20 Communicatievoornemen formuleren, opschrijven en delen
- 18.30 Einde training

Tussendoor wordt gewerkt met muziek en andere energizers. De praktijk leert dat de energie zo goed hoog blijft. Muziek wordt ook gebruikt om inzichten te creëren en het geleerde in te prenten.

Bij alle oefeningen krijgen alle deelnemers persoonlijke feedback van trainer en assistenten.