**Programma workshop: Tussen wens en werkelijkheid:** doelbewust dokteren in veeleisende omstandigheden

In de drukte van alle dag is het lastig om bij je eigen doelen te blijven. Dat hoor ik regelmatig verzuchten. Het werk, de administratieve eisen, de regels van de verzekeraars, de vragen en verwachtingen van de collega’s en de wijze waarop de pers over artsen schrijft, kortom: alles wat geëist wordt van en gedacht wordt over dokters vraagt nogal wat.

Het is een hele opgave om wat je wilt, moet en kunt met elkaar in een zinvol verband te brengen en te houden. En de kans dat je wegdrijft van wat je uiteindelijk wilde met je vak is groot. En als dat gebeurt holt het je uit. En dat is slecht voor jezelf en voor je werk.

In deze workshop onderzoeken we waar het je uiteindelijk om gaat en hoe je dat in doelen kunt vertalen en kunt vormgeven in je dagelijkse handelen als medisch professional.

Door daaraan gestructureerd te werken door middel van analyse, reflectie en oefening, kun je met wat meer helderheid en standvastigheid de komende tijd tegemoet gaan.

Deze workshop is bedoeld voor de oud-cursisten van de VNVA-kadertrainingen

**Programma**

**Eerste dag:**

11.00 uur Aankomst

11.30 uur Aanvang van het programma

Kennismaking

Toelichting op het programma naar inhoud en werkwijze

**Jouw uitgangssituatie**

Introducerende activiteit

12.45 uur Lunch

14.00 uur Opdracht in drietallen

Analyse van je eigen situatie en het formuleren van vragen naar aanleiding hiervan

Plenaire uitwisseling.

Afronding van het ochtendprogramma

**Zelfvertrouwen als cruciale factor voor het vinden van balans**

Theoretische opmaat

 Gesprek en conclusies

17.00 uur Snackpauze

17.30 uur **Missie en doelen**

Introductie op het thema

 Opdracht in tweetallen

Plenair gesprek en het gezamenlijk herformuleren van doelen aan de hand van enkele criteria

19.30 uur Afsluiting eerste dag

19.45 uur Diner

**Tweede dag**

09.00 uur Aanvang programma

 **Jouw doelen dichterbij:** het ontwikkelen van een stappenplan

 Introductie op het thema

Plenaire terugkoppeling

Inventariseren van vragen die plenair besproken/geoefend moeten worden

12.30 uur Lunch

13.30 uur Vervolgoefeningen/reflectiegesprekken

Afsluitende samenvatting en conclusies

16.00 uur Evaluatie workshop

16.20 uur Vertrek