**Dag 1,**

13.00 uur

 Welkom, kennismaken

 Wat is het startpunt met betrekking tot eenzaamheid?

13.15 uur

 Oefening over eenzaamheid

 Wat is wel gewenst en wat niet?

13.45 uur

 Inleiding over eenzaamheid, wat is eenzaamheid,

 wat verstaan we er onder, is het altijd erg? 4 aspecten

 Verhaal van Ellen, Maartje

14.00 uur

 Herkennen van eenzaamheid bij anderen

 Ervaring uitwisselen, wat heb je gezien?

14.15 uur

 Verschillende vormen van gespreksvoering

14.30 uur

 Pauze

14.45 uur

 Introductie probleemoplossend gesprek

15.10 uur

 1e oefenronde probleemoplossend gesprek

15.30 uur

 Nabespreken oefening

16.00 uur afsluiten

 Huiswerk: Bedenk een lastige situatie uit je eigen leven

 (actueel, van jezelf, nog niet opgelost)

**Dag 2,**

13.00 uur

 Terugblik op de eerste keer

 Bespreken

 oefening probleemopl. gesprek

13.15 uur

 Gesprekspiramide als basis voor een activerend gesprek

13.45 uur

 Introductie schema: eenzaamheid is een proces

14.00 uur

 Schema overzetten naar bootje, in groepjes

14.15 uur

 Pauze

14.30

 Schema / bootje als basis voor een diagnostisch gesprek

 Schema diagnose

15.00 uur

 Oefenen probleemoplossend gesprek

 Nabespreken

16.00. uur afsluiten

 Huiswerk

 Bedenk een lastige situatie uit je eigen leven. (actueel, van jezelf, nog niet opgelost)

 Neem de volgende keer een casus mee uit je eigen praktijk

**Dag 3,**

13.00 uur

 Terugblik op de vorige keer, hoe ging het oefenen

13.15 uur

 Eenzaamheid bij mensen met dementie

13.45 uur

 Oefenen probleemoplossend gesprek

14.15 uur

 Nabespreken

14.30 uur Pauze

14.45 uur

 In groepjes werken:

 Eigen casus: welke factoren spelen hier (bootje)

 Welke gespreksvorm pas je toe

15.45 uur

 Nabespreken van de casus

16.00 uur

 Terugblik op de hele cursus, evaluatieformulier invullen

 Afsluiting