*Training motiverende gespreksvoering ARBO dienst Amsterdam. Riëtta Oberink*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| DAG 1 | Onderdeel | werkvorm | doel |
| 9-9.15 min | Welkom,  Introductie Format Persoonlijk plan | Voorstellen van de trainer  Uitleg geven en veiligheid creëren voor oefenen .  Vragen en opmerkingen | Basisvoorwaarden scheppen om te kunnen leren.  Attenderen op persoonlijk plan dat ze aan gedurende de dag gaan maken |
| 9.15-9.30 | Korte kennismaking | Naam, functie?  Belangrijke eigen waarden | Weten wat eigen waarden zijn, later koppelen aan waarden cliënten |
| 9.30  9.45 min | Nabespreken van voorbereidingsopdrachten  En literatuur | Opbrengst van voorbereiding inventariseren  Korte kennistoets | Helder krijgen wat de deelnemers belangrijk vinden. Op welk niveau ze zich bevinden. |
| 9.45  10.15 | Toelichting Programma  Incl Leerwensen (waar programma aan aangepast kan worden) | Leerwensen inventariseren  In 2-tallen en op flaps  Gedurende de dag op terugkomen. | Overzicht geven &  Duidelijk krijgen waar behoefte aan is. Dit zo mogelijk toevoegen aan het programma (kan ook een onderdeel zijn dat bij de vervolgtraining/volgende dag hoort. |
| 10.15-  10.30 | Waar bestaan de gesprekken uit? | Presenteren fasen / stijlen vaardigheden in MGV gesprekken  Sturen – gidsen – volgen taartdiagram op papier | Overzicht geven  Eigen stijl helder krijgen en bepalen of er veradering gewenst is |
| 10.30-10.45 | Koffiepauze |  |  |
| 10.45 11.15 | MGV  Inventariseren welke kennis er al is over o.a.  Patiëntgericht werken | Interactieve theorie bespreking  Meer knelpunten noteren op flap Kennis opdoen. | Voorbeelden krijgen  en gaandeweg  meer knelpunten uit de krijgen |
| Vervolg 10.45  11.15 | Theorie ambivalentie  En oefening valkuilen | Attitude oefening | Thema toestemming en autonomie introduceren |
| 11.15-12.00 | Engageren | Oefening engageren/reflecteren    Eerst een voorbeeld van docentverschillende stijlen en de reactie daarop  t/m/ slide (oefenen stap 4) | Herkennen en zelf oefenen elementen die te maken hebben met engageren (mate van samenwerken, ontlokken, autonomie en compassie |
| 12.00-12.30 | BASISVAARDIGHEDEN OEFENEN  Reflecteren,  (Onderdeel van: belangrijke vaardigheden ) | Eerst de oefening;”ik ben zo aan het twijfelen”  -reflecteer ronde  -reflectief luisteren 4 tallen  -reflecteren op ambivalentie  (afh. van niveau en energie kiezen) | Ervaren dat je gestimuleerd wordt tot nadenken, zelfreflectie en accuraat luisteren bevorderen. |
| 12.30  13.00 | lunch |  |  |
| 13.00  13.30 | BASISVAARDIGHEDEN OEFENEN  Thema ter sprake brengen en samen agenda bepalen  Met aandacht voor toestemming vragen | Interactief:  wat werkt al goed? | Thema ter sprake kunnen brengen |
| 13.30-14.00 | Theorie verandertaal en opbouw en timing | Ppt interactief met schriftelijke oefeing | Theorie kennen en kunnen toepassen |
| 14.00-  14.30 | Eigen gedragsverandering bespreken  En nabespreken | In drietallen oefenen | Alle tot nu toe geleerde vaardigheden toepassen. Weten welke gedragsverandering de komende weken geoefend gaat worden. In drietallen app’s om elkaar op de hoogte te houden. |
| 14.30  14.45 | pauze |  |  |
| 14.45  15.15 | Oefening reflecteren en herkennen verandertaal en “weerstand” (behoudtaal en wrijving) | Casus Peter op papier (oefening) | Kunnen van reageren op verandertaal en behoudtaal |
| 15.15  15.45 | Theorie gevolgd door oefening informatie geven/toestemming vragen | O-A-O / P.A.P.A.  In subgroepen (2 of 3 keer van rol wisselen)  Observatieformulier voor observatoren.  . | Kan informatie aanbieden op OAO manier |
| 15.45  16.15 | Schaalvragen (kan eerder) | Uitleg en Oefenen met ontlokken verandertaal | Kunnen schaalvragen gebruiken |
| 16.15-16.30 | Afspraken maken en afsluiten | -Opnames maken van gesprekken  -Contact houden met elkaar over gedragsverandering  -Reflectie app?  -Vragen naar mij over casuistiek  Rondje voornemens |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| DAG 2 | Onderdeel | werkvorm | doel |
| 9.00  9.30 | Welkom  Inventariseren van opnames  Uitwisselen van Successen /mislukkigen eigen gedragsverandering  Inventariseren van wensen | Onderlinge uitwisseling | Stand van zaken opmaken  Uitgangspunt voor de inhoud/nadruk van de dag bepalen |
| 9.00-9.30 | Ingaan op de vragen die de deelnemers hebben opgestuurd | Koppelen aan theorie (ppt)  Interactief | Verdieping kennis  Duidelijk krijgen waar de hiaten zitten |
| 9.30  10.30 | Elkaars opnames beluisteren &  Feedback geven | In 3 tallen  Gebruik maken van observatielijst | Feedback krijgen van peers |
| 10.30-  10.45 | Pauze |  |  |
| 10.45-11.15 | Lastige casus | Voorbeeldrollenspel docent | Leren door observeren |
| 11.15-  11.30 | Plannen | Theorie | Weten hoe in de planningsfase te handelen |
| 11.30-12.15 | Eigen gedragsverandering | oefen met eigen gedragsverandering  incl observatieformulier  drietallen  &plannen | Oefenen met eigen verandering of lastige casus  &plannen |
| 12.15-12.30 | Afspraken maken en afsluiten | -Opnames maken  -In tweetallen beluisteren  -Meenemen incl vraag  -Vraag naar docent sturen over lastige casus  -Opbrengst inventariseren | Afspraken en opdrachten zijn duidelijk |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| DAG 3 | Onderdeel | werkvorm | doel |
| 9.00  9.30 | Welkom  Inventariseren van opnames  Uitwisselen van Successen /mislukkigen eigen gedragsverandering  Inventariseren van wensen | Onderlinge uitwisseling | Stand van zaken opmaken  Uitgangspunt voor de inhoud/nadruk van de dag bepalen |
| 9.30-10.00 | Video toets | Maken van 1 casus van een videotoets MGV en nabespreking | Niveau bepaling |
| 10.00-10.30 | Vragen over lastige casuistiek (die zijn opgestuurd) bespreken en oefenen. | oefenen | Weten wat (on)mogelijk is in lastige situaties  Uitbreiding vaardigheden |
| 10.30-10.45 | Pauze |  |  |
| 10.45-11.30 | Opnames beluisteren | Drietallen  Peer feedback  Observatieformulier | Feedback krijgen om van te leren/ beter te worden/ sterkte kanten kennen |
| 11.30-12.15 | Taartdiagram op papier nogmaals  Persoonlijk plan maken | Leerdoelen opschrijven en Implementatieplan maken. (zoals je dat met een cliënt zou doen)  OF  Implementatie oefenen met “cliënt”. | Iedere deelnemer heeft een persoonlijk leerplan en implementatieplan. |
| 12.15-12.30 | Evaluatie en Afsluiten | Plenair afsluiten  Schriftelijke en mondelinge evaluatie  Persoonlijke opbrengsten inventariseren | Helder krijgen wat de training heeft opgeleverd.  Leerpunten voor docent. |

Afhankelijk van het niveau / tempo van de deelnemers zal een onderwerp meer of minder uitgediept worden en zal een onderwerp eerder of later aan de orde komen. Dat maakt het programma levendig, flexibel en interactief.