# Programma dag 1

|  |  |
| --- | --- |
| Tijdstip | Onderdeel |
| 9.30-9.40 | Inloop en ontvangst |
| 9.40-10.30 | Welkom  Voorstellen  Deelnemers en de begeleider zien elkaar echt en je vertrekt vanuit een gezamenlijk standpunt (adhv meegebracht voorwerp)  Afspraken veilige leeromgeving |
| 10.30-10.45 | Bootje  Oefening: ervaren dat iedereen een ander beeld heeft |
| 10.45-11.00 | Inleiding programma  Deelnemers hebben een beeld van wat ze de komende twee dagen gaan doen De deelnemers en de begeleider zijn afgestemd op elkaar |
| 11.00-11.15 | Pauze |
| 11.15-12.00 | In gesprek over positieve gezondheid  Deelnemers hebben hetzelfde beeld van positieve gezondheid en weten waar het vandaan komt. |
| 12.00-13.00 | Invullen spinnenwebdiagram en verdieping   * Spinnenwebdiagram bespreken (poster) * Invullen spinnenweb * Verdieping spinnewebdiagram |
| 13.00-14.00 | **Lunchpauze** |
| 14.00-14.15 | Gesprekstraining: Het andere gesprek; filmpje See Me   * Ruimte voor reacties |
| 14.15-14.35 | In gesprek over communicatie   * 10 gouden communicatietips |
| 14.35-15.15 | Dialoog over gewenste verandering   * 3 rondes veranderwens |
| 15.15-15.30 | Pauze |
| 15.30-16.00 | Kaartje en Maatje   * Plenaire terugkoppeling, reflectie * Ervaringen van verteller, luisteraar en observator * Persoonlijke veranderwens opschrijven |
| 16.00-16.15 | Toelichten opdracht aan de slag en afstemming maatjes |
| 16.15-16.30 | Reflectie en afsluiting |

# Programma dag 2

|  |  |
| --- | --- |
| Tijdstip | Onderdeel |
| 9.30-9.40 | Inloop en ontvangst |
| 9.40-10.00 | Terugblik vorige keer en eigen ervaring verandering gedrag   * Denkbeeldige lijn |
| 10.00-10.30 | Persoonlijke veranderwens   * Bespreken “open vragen” * Actiewiel uitleggen * Maatjes nogmaals in gesprek met veranderwens |
| 10.30-10.55 | Eigen ervaring goed gesprek   * Terugkomen filmpje; See me -> voorwaarden dat je de ander echt ziet * Talenten in tweetallen (2x5 min) * Talentenkaartjes kiezen en benoemen |
| 10.55-11.10 | Pauze |
| 11.10-11.25 | Hoe gebruik je het web   * Nadenken over casus en wat/welk deel oefenen |
| 11.25-12.00 | Gesprekken oefenen 1   * In drietallen: cliënt, hulpverlener en observator * Succesfactoren opschrijven |
| 12.00-12.15 | Plenair nabespreken   * Succesfactoren * Wat is lastig? |
| 12.15-13.15 | Pauze |
| 13.15-13.25 | Reflectie |
| 13.25- 14.00 | Gesprekken oefenen 2   * a.d.h.v. tips ronde 1 |
| 14.00- 14.15 | Plenair nabespreken |
| 14.15-14.30 | Voorbereiden gesprek cliënt |
| 14.30-15.15 | Handelingsperspectieven |
| 15.15-15.30 | Pauze |
| 15.30-16.00 | Positieve Gezondheid in de verloskunde   * Reguliere spreekuur * Centering Pregnancy |
| 16.00-16.30 | Afsluiting dmv reflectie en samenvatting afgelopen 2 dagen   * beslislijn |