**Lesopzet en inhoud van de 4 daagse training:**

**NLP voor Paramedici.**

**Doel van dag 1:** De interne en externe communicatie zowel verbaal als non-verbaal in het kader van professioneel handelen van de paramedicus

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Tijd | Onderwerp | Inhoud | Nodig/ docenten |
| 1. | 08.30 | Start van de dagOntvangst met koffie/thee | Klaar leggen materialen/stoelen in juiste opstelling plaatsen en overleg met collega trainer. | Flap over/stiftenNancy&Isabel |
| 2. | 09.00 | Opening van de dag, start training. Huishoudelijke mededelingen.Speelregels, afsprakken | Welkom, kennismaking, uitleg ethiek van de opleiding Toelichting op programmaInventariseren persoonlijke doelstelling deelnemers | Flap/stiften, syllabus, schrijfblokken,pennenNancy & IsabelIsabel stelt vragen, Nancy schrijft op flap  |
| 3. | 10.30 | Koffie/thee pauze |  |  |
| 4. | 10.45 | Het kader van de training goed neerzetten. Manier van oefenen met elkaar,. Feedback regels bespreken. | Theoretisch uitleg: Wat is NLP model, vooronderstellingen NLP (VO) oefening: blz. 14 syllabus. , een werkgerelateerde VO en het effect bespreken met elkaar. plenair | Nancy |
| 5. | 11.30 | Onderdelen Afstemming als instrument in de communicatie | Theoretisch uitleg:NLP Rapport Communicatie: Verbaal/Non-verbaal. Zintuigen (VAKOG) in de taal. Oefening in ontdekken van de voorkeuren.  | Isabel |
| 6. | 12.30 | Lunch pauze |  |  |
| 7. | 13.30 | Onderdeel Spiegelen in houding, gebaren, en woorden als instrument in de communicatie.De verschillende niveaus van communiceren | Vervolg Rapport, fysieke elementen. De non-verbale kant van de communicatie en het effect op patiënten. Afstemming, matchen en mismatchen. Op waardewoorden. Opbouwen en verbreken van rapport. | Isabel |
| 8. | 14.45 | Koffie/thee pauze |  |  |
| 9. | 15.00 | De voorwaarden om effectief en ontspannen doelen te concretiseren en te behalen | Theoretisch uitleg:NLP Outcome en vormvoorwaarde:1. Positief geformuleerd
2. Binnen eigen controle
3. Testbaar (zintuigen)
4. Context gebonden
5. Ecologisch
 | Nancy |
| 10. | 15.30 | Doelen concreet formuleren | In groepjes oefenen met doelen stellen | Nancy  |
| 11. | 16.30 | Huiswerkopdracht bespreken | Plenair: Huiswerkopdracht: Maak een realistisch en haalbaar doel om morgen te bespreken | Isabel |
| 12. | 17.00 | Plenair afsluiten | Hoe de dag ervaren?  | FlapNancy&Isabel |

**Doel van dag 2:** Doelen stellen die helpen doelmatig en ontspannen te handelen, de drie typen grenzen toepassen om balans te behouden zowel professioneel als privé.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Tijd | Onderwerp | Inhoud | Nodig/ docenten |
| 1. | 08.30 | Start van de dagOntvangst met koffie/thee | Klaar leggen materialen/stoelen in juiste opstelling plaatsen en overleg met collega trainer.Deelnemers delen ervaringen en inzichten | Flap over/stiften syllabusNancy & Isabel |
| 2. | 09.00 | Opening van de dag, huiswerkopdracht bespreken Grenzen op het werk en afstemming op jezelf en patiënten  | Doel bereikt? Theorie: Grenzen \*Interne-Externe, Ik-Ander, Contextueel.Oefening met de verschillende grenzen ervaren en vertaling naar praktijk Paramedicus | Flap/stiften,  IsabelNancy |
| 3. | 10.30 | Koffie/thee pauze |  |  |
| 4. | 10.45 | Verschillende waarnemingspositie gebruiken als instrument om buiten weerstanden en conflicten te blijven in de samenwerking met patiënten, collega’s en medewerkers | Theoretisch uitleg: structuur van de subjectieve ervaring en de verschillende waarnemingen.Oefeningen met het nemen van een andere fysieke positie t.a.v. patiënten . Conflicten in de praktijk. | IsabelNancy |
| 5. | 11.30 | Onderdelen Afstemming als instrument in de communicatie en samenwerking | Theoretisch uitleg:NLP Fysiologie van uitmuntendheid. Als hulpbron in conflicten en weerstanden. | Isabel |
| 6. | 12.30 | Lunch pauze |  |  |
| 7. | 13.30 | Ontdekken van eigen belemmerende gedrag en gedachten. Wat is van belang bij zelfmanagement | Theoretisch uitleg:NLP Ankeren oefenen met interne en externe de hulpbronnen | Isabel |
| 8. | 14.45 | Koffie/thee pauze |  |  |
| 9. | 15.00 | De voorwaarden om effectief en ontspannen doelen te concretiseren en te behalen in de dagelijkse praktijk. | Theoretisch uitleg:NLP het outcome model als structuurOefenen met plaats ankers van het model  | NancyNancy&Isabel |
| 10. | 16.30 | Huiswerkopdracht bespreken | Plenair: Huiswerkopdracht: Bestuderen van de syllabus en maken van oefeningen. | Isabel |
| 12. | 17.00 | Plenair afsluiten | Hoe de dag ervaren?  | FlapNancy & Isabel |
|  |  |  |  |  |

**Doel van dag 3:** De verschillende motivatie technieken leren inzetten als instrument om gedrag en overtuigingen te veranderen bij jezelf en patiënten

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Tijd | Onderwerp | Inhoud | Nodig/ docenten |
| 1. | 08.30 | Start van de dagOntvangst met koffie/thee | Klaar leggen materialen/stoelen in juiste opstelling plaatsen en overleg met collega trainer.Deelnemers delen ervaringen en inzichten | Flap over/stiften syllabusNancy & Isabel |
| 2. | 09.00 | Opening van de dag, huiswerkopdracht bespreken Motiveren van patiënten en het belang van afstemmen op de taal van de patiënt  | Zijn er vragen naar aanleiding van vorige keer en hoe is het oefenen gegaan?Oefening met Gedrag en Positieve intentieOefenen met doen, denken en voelen | Flap/stiften,  Nancy & IsabelNancyIsabel |
| 3. | 10.30 | Koffie/thee pauze |  |  |
| 4. | 10.45 | De hiërarchie in de organisatie van de neurologische niveaus als leer instrument om te motiveren en te veranderen | Theoretisch uitleg: NLP en de Neurologische Niveaus. 1. Omgeving
2. Gedrag
3. Capaciteit
4. Overtuigingen&criteria
5. Identiteit
6. Missie
7. Visie
 | Isabel |
| 5. | 11.30 | Analyseren van het probleem en omzetten naar de oplossing | Een demonstratie in hoe deze niveaus werken bij een deelnemer als voorbeeld om zelf in te gaan zetten. Analyseren van de huidige situatie en de gewenste situatieBegeleiding bij het oefenen | IsabelNancy & Isabel  |
| 6. | 12.30 | Lunch pauze |  |  |
| 7. | 13.30 | Analyseren van waarden en overtuigingen van zichzelf, zorgontvangers en zorgverleners | Theoretisch uitleg:NLP en de Logische niveaus als analyse modelMet elkaar oefenen, groepjes van drie om elkaars waarden en overtuigingen in kaart te brengen | IsabelNancy |
| 8. | 14.45 | Koffie/thee pauze |  |  |
| 9. | 15.00 | De verschillende manieren van motivatie oefenen  | Met elkaar oefenen, groepjes van drie om elkaars waarden en overtuigingen te helpen veranderen | Nancy & Isabel |
| 10. | 16.30 | Nabespreken oefening | Verzamelen, analyseren en samenvatten uitkomsten en voorleggen aan de groep en hierover discussiëren | Isabel & Nancy |
| 12. | 17.00 | Plenair afsluiten | Hoe de dag ervaren?  | FlapNancy&Isabel |
|  |  |  |  |  |

**Doel van dag 4:**Het verschil tussen denken, voelen en doen en wat de effecten daarvan zijn op de manier waarop je met mensen en jezelf communiceert.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Nr. | Tijd | Onderwerp | Inhoud | Nodig/ docenten |
| 1. | 08.30 | Start van de dagOntvangst met koffie/thee | Klaar leggen materialen/stoelen in juiste opstelling plaatsen en overleg met collega trainer.Deelnemers delen ervaringen en inzichten | Flap over/stiften syllabusNancy & Isabel |
| 2. | 09.00 | Opening van de dag, huiswerkopdracht bespreken  | Met de lijst van waarden binnen de context van werk nieuwe denkstrategieën ontwerpen. | Flap/stiften,  Isabel |
| 3. | 10.30 | Koffie/thee pauze |  |  |
| 4. | 10.45 | Gedragspatronen van jezelf succesvol veranderen | Theoretisch uitleg: Wat maakt veranderen moeilijk? En maken we verandering mogelijkOefeningen met gedrag, capaciteit en waarden af te stemmen op eigen kernidentiteit | IsabelNancy & Isabel  |
|  5. | 12.30 | Lunch pauze |  |  |
| 6. | 13.30 | Erkennen wat het effect is van positieve en negatieve emoties op jezelf en anderen | Theoretisch uitleg:NLP Emoties oefenen met signaalfunctie van de emoties | IsabelNancy |
| 8. | 14.45 | Koffie/thee pauze |  |  |
| 9. | 15.00 | Een analyse maken van de oorzaak van stressfactoren in de omgaan met zorgontvangers en zorgverleners | Aan de hand van de logische niveaus en het outcomemodel oefenen met in kaart brengen van de risico’s en mogelijkhedenvoor de toekomst  | NancyNancy&Isabel |
| 10. | 16.00 | Planning maken om energiek, ontspannen en doelmatig te blijven op het werk  | Oefenen om concreet een stappen plan te maken voor de komende drie maanden | Isabel |
| 12. | 17.00 | Plenair afsluiten | Evaluatie van de training Complimentenceremonie | Flap/ evaluatie formulierenNancy&Isabel |
| 13. | 17.30 | Afsluiting | Afscheid |  |
|  |  |  |  |  |