

Programma trainingsbijeenkomsten "van zorgen naar coachen"

Bijeenkomst 1: Basishouding coachende professional

De doelen van de bijeenkomst zijn:

Doelen

- De medewerker kan het verschil tussen zorgend en coachend uitleggen
 - De medewerker herkent de rol van het systeem vanuit de positie coachende professional
 - De medewerker gaat starten met het uitvoeren van de geleerde technieken in de praktijk
 - De medewerker licht toe waar hij/zij aan het eind van de cursus wil staan
-

Inhoud van de eerste bijeenkomst:

9:00-9:15 Inleiding training

- Welkom
- Inspiratie
- Aanleiding
- Werkwijze
- Toelichting van Grondhouding en basistechnieken

9:15-9:45 Oefening

De medewerker laten nadenken over wat is eigen regie? En hoe vergroot je dit als professional? Wat is basishouding coachend en wat is zorgend.

9:45-10:45 Uitleg 4 basistechnieken van de coachende professional.

10:30-10:45 Formeren koppels die gedurende het hele traject elkaar ondersteunen.

10:45-11:00 Pauze

11:00-12:15 Oefening

Rollenspel 1: therapeut krijgt opdracht zorgend te zijn. De observatoren observeren aan de hand van basishouding en basistechnieken (reparatiereflex).

Rollenspel 2: therapeut krijgt opdracht coachend te zijn. De observatoren observeren aan de hand van basishouding en basistechnieken. Gericht op het helder krijgen van de hulpvraag.

Bijeenkomst 2: Bewustwording & Motiveren

De doelen van de bijeenkomst zijn:

Doelen

- De medewerker herkent de verschillende fases van gedragsverandering
-

-
- De medewerker kan aangeven wat stap 1 bewustwording inhoud
 - De medewerker kan aangeven wat stap 2 motiveren inhoud

 - De medewerker voert de gesprekstechnieken uit in de praktijk (specifiek open en gesloten vragen stellen)
 - De medewerker ontwikkelt vaardigheden om aan te sluiten bij kennis, vaardigheden, attitude, psychische factoren en leerstijl evenals de fysieke en emotionele belasting van de revalidant/systeem
 - De medewerker transformeert kennis zodanig dat deze bij de revalidant/systeem past, rekening houdend met ethisch, culturele en sociale achtergrond van de revalidant/systeem.
-

Inhoud van de tweede bijeenkomst:

9:00-9:30 Theorie Gedragsveranderingsmodel.

Herkennen in welke fase van gedragsverandering revalidant en systeem zich bevinden.

9:30-10:00 Theorie Voorbereidingsfase: stap 1 Bewustwording

10:00-10:30 Werkvorm

Thema: voorlichting en info geven over het verband tussen klacht en gedrag die van invloed kunnen zijn op ontstaan, voortduren en herstel.

10:30-11:00 Theorie: Voorbereidingsfase Stap 2

Motiveren: onderzoeken ambivalentie, versterken motivatie, verandertaal

11:00-11:15 Pauze

11:15-12:15 Oefenen middels casuïstiek

Bijeenkomst 3: Barrières & weerstand

De doelen van de bijeenkomst zijn:

Doelen

- De medewerker herkent barrières om te komen tot verandering
 - De medewerker kent de verschillende fases van verwerking bij verlies van gezondheid en ziet het verband met weerstand en emoties
 - De medewerker herkent weerstand in de dagelijkse praktijk en weet hoe hierop te reageren
 - De medewerker kan aangeven wat stap 3 besluitvorming inhoud
 - De medewerker ontwikkelt vaardigheden om aan te sluiten bij kennis, vaardigheden, attitude, psychische factoren en leerstijl evenals de fysieke en emotionele belasting van de revalidant/systeem
 - De medewerker transformeert kennis zodanig dat deze bij de revalidant/systeem past, rekening houdend met ethisch, culturele en sociale achtergrond van de revalidant/systeem
-

Inhoud van de derde bijeenkomst:

9:00-9:45 Bespreken huiswerk

Bespreken voorbereidingsopdracht bijeenkomst 2

9:45-10:15 Theorie Voorbereidingsfase: stap 3 Barrières

10:15-10:45 Theorie Voorbereidingsfase: stap 3 Weerstand, gevoelsreflecties

10:45-11:00 Pauze

11:00-11:30 Opdracht barrières

11:30-12:15 Oefenen m.b.t. weerstand middels casuïstiek.

Bijeenkomst 4: Gedragsverandering en -behoud

De doelen van de bijeenkomst zijn:

Doelen

- De medewerker reflecteert op eigen leerproces
 - De medewerker kan aangeven wat stappen 4, 5 en 6 inhouden
 - De medewerker formuleert samen met zijn buddy een borgingsplan voor de toekomst.
-

Inhoud van de vierde bijeenkomst:

9:00-9:30 Bespreken casus

Wat heeft het je opgeleverd?

9:30-9:45 Terugkoppelen vragen/opmerkingen die ontvangen zijn per mail

9:45-10:15 Theorie Uitvoeringsfase: stap 4 Doen.

10:15-11:00 Casus revalidatiedoelen opstellen met de revalidant
doelformuleringsvragen oplossingsgericht coachen

11:00-11:15 Pauze

11:15-11:45 Theorie en praktijk Borgingsfase: stap 5 Blijven doen

Borgingsfase: blijven doen (theorie koppelen aan praktijk), cursisten zelf laten nadenken hoe zij hun gedrag kunnen behouden mbt.

11:45-12:15 Theorie en praktijk Borgingsfase: stap 6 Omgaan met terugval.

Wat te doen bij terugval: deelnemers laten nadenken over hoe zij om kunnen gaan met terugval. Plenair brainstormen voor een borgingsplan.

Afsluiting:

Gebruik voor de afsluiting bijlage 6. Stuur de uitkomst naar de trainer!