**NVDA-training Samenwerken in de huisartspraktijk**

Doel: optimaliseren van de samenwerking met de andere leden van het praktijkteam, verkennen van de eigen rol in samenwerken, helder krijgen van individuele wensen.

Trefwoorden: actief, interactief, leren door ervaren, plezier.

*Ochtend*

09.30 uur Ontvangst, kennismaken en voorstellen aan de hand van de oefening:

van beeld, naar oordeel, naar besluit.

***Toelichting****: Het belang van de eerste indruk die we van iemand krijgen. Je ervan bewust worden dat nieuwe indrukken het effect van de eerste zouden moeten veranderen. Die eerste indruk is echter vaak zeer hardnekkig. Tegelijkertijd kun je er niets aan doen, want een eerste indruk ontstaat ‘autonoom’.*

10.00 uur Kaartjesoefening: onbegrensd vragen stellen en nieuwsgierigheid.

Hoe stel je vragen over iets waarvan je geen flauw benul hebt.

Open en gesloten vragen, wat is het verschil.

***Toelichting****: Gesloten vragen leiden meestal (vooral in ‘conflict’situaties) slechts tot bevestiging of ontkenning van wat je al wist (of dacht te weten). Open vragen vanuit nieuwsgierigheid helpen om nieuwe terreinen te verkennen en perspectieven te veranderen.*

***Opdracht****: ieder deelnemer schrijft 3 kenmerken van zichzelf (geen karakter-trekken, maar praktisch zaken) op een kaartje, van de 3 is er één niet waar. Vervolgens worden de kaartjes verdeeld en moeten de deelnemers elkaar bevragen met open vragen om erachter te komen van wie ze het kaartje hebben.*

11.00 uur De Communicatiemuur met een opdracht.

***Toelichting****: Er zijn 5 niveaus in de communicatie waar het fout kan gaan. Het is belangrijk je te realiseren dat we vaak onze reactie bepalen op een ander niveau dan waar het fout is gegaan. Voorbeeld: je wordt boos omdat iemand iets niet doet, terwijl diegene de vraag helemaal niet heeft gehoord. De verantwoordelijkheid ligt bij zowel de zender als de ontvanger. Communiceren doe je samen!*

***Opdracht****: ga terug naar een recente ‘ruzie’, kijk met je gesprekspartner naar wat je hebt gedaan en of je op het juiste niveau hebt gereageerd?*

***De muur in beeld***:

bedoeld ≠ gezegd

gezegd ≠ gehoord

gehoord ≠ begrepen

begrepen ≠ akkoord

akkoord ≠ gedaan

12.00 uur Persoonlijke allergieën en valkuilen (naar de theorie van Daniel Ofman).

***Toelichting****: zicht krijgen op de eigen allergieën en valkuilen. Met behulp van het kaartspel van Ofman. Wanneer je weet waar je valkuil zit, kun je daar rekening mee houden. Je allergie heb je meestal voor iets waar je eerst heel blij mee was, maar nu het de valkuil van de ander wordt, heb je er last van.*

13.00 uur Lunch

*Middag*

13.45 uur Je eigen rol in samenwerken aan de hand van de theorieën van:

- Stephen Covey: kring van betrokkenheid en kring van invloed;

- Rolph Pagano: spanning tussen wens en werkelijkheid.

***Toelichting****: ontwikkelen van het besef dat energie steken in iets waar je geen invloed op hebt niet zinvol is. Wees je bewust van wat er wel en niet in je kring van invloed zit, anders ga je mogelijk slachtoffergedrag vertonen. Het model van Pagano maakt duidelijk dat je of je ambitie of de context kunt veranderen om te voorkomen dat je belandt in frustratie en uiteindelijk slachtoffergedrag.*

Integratie met de thema’s van de ochtend.

15.00 uur De luchtballon: een avontuurlijke oefening in samenwerken.

***Toelichting****: Met een groep (4, 5 à 6 personen) maak je in de mand onder een luchtballon een tocht boven de stille Zuidzee. De ballon raakt lek en jullie dreigen te verdrinken. Om een eiland te bereiken, moet er ballast overboord. Er is een inventarislijst en de groep moet bepalen wat er in welke volgorde overboord gaat. Hoe verloopt de besluitvorming, wat is ieders aandeel en voelt iedereen zich ook echt gehoord.*

16.15 uur Evaluatie en wat heb(ben) je (jullie) nog nodig

16.45 uur Afsluiting