

Training Werken met Positieve Gezondheid

Visiom & iPH, mei 2021

Training

Na hun training hebben deelnemers zich de essentie eigengemaakt van het werken met Positieve Gezondheid. Ze kunnen deze vertalen in persoonsgerichte gesprekken, waarin ze de ander uitnodigen om met een brede blik naar binnen te kijken en hun wensen te vertalen in stappen die ze zelf willen zetten.

Resultaten:

- Deelnemers kunnen de essentie van het werken met Positieve Gezondheid helder beschrijven en aangeven hoe ze dit in hun eigen werk vormgeven.
- Deelnemers hebben meerdere malen gereflecteerd op hun eigen Positieve Gezondheid en kunnen beschrijven wat hun opbrengst daarvan is.
- Deelnemers kunnen inschatten op welk moment en hoe het gesprek vanuit Positieve Gezondheid het beste past voor de ander.
- Deelnemers kunnen een werkwijze op basis van het spinnenweb beschrijven, die hen in staat stelt om mensen binnen hun eigen werksetting te laten reflecteren op hun Positieve Gezondheid en hierover met hen in gesprek te laten gaan.
- Deelnemers zijn zich bewust van het belang van goed luisteren en kijken naar de ander en zijn bereid een open en onbevooroordeelde houding bij zichzelf te blijven oefenen.
- Deelnemers passen Positieve Gezondheid toe in hun gedrag door zich te verdiepen in het perspectief van de ander, ruimte te geven, de tijd te nemen en niet te sturen op bepaalde oplossingen.
- Deelnemers kunnen een voor henzelf passende werkwijze toepassen om mensen te laten ontdekken welke haalbare stap ze kunnen zetten om hun Positieve Gezondheid te behouden of versterken.
- Deelnemers hebben gereflecteerd op hun eigen vermogen om mensen regie te laten nemen over hun eigen ontwikkelproces en gericht geoefend om dit vermogen te vergroten.
- Deelnemers kunnen vanuit het gedachtengoed van Positieve Gezondheid samenwerken met partners binnen en buiten de organisatie.
- Deelnemers weten waar ze informatie en inspiratie kunnen (blijven) vinden over het toepassen van Positieve Gezondheid.

Fase 1: Introductie Positieve Gezondheid

De Introductie Positieve Gezondheid is de basis van werken met Positieve Gezondheid.

Deze wordt aangeboden in twee vormen:

- Individueel als e-learning in combinatie met een persoonlijk coachingsgesprek met een professional die gecertificeerd is voor het werken met Positieve Gezondheid.
- In een groep met twee cursusbijeenkomsten. Hierbij krijg je het 'Handboek Positieve Gezondheid in de huisartspraktijk'. Dit boek biedt inspiratie voor allerlei professionals.

Tijdsinvestering

5 uur

Fase 2: Training op locatie

4 sessies van 2,5 uur met pauze van 15 min (9 uur contacttijd)

Alternatieve vorm: 6 online sessies van 1,5 uur (9 uur contacttijd)

Trainings sessie 1: Positieve Gezondheid als werkconcept

Wat levert deze sessie je op?

- Je hebt een beeld hoe Positieve Gezondheid eruit ziet in de praktijk.
- Je hebt een eerste vertaalslag gemaakt van de essentie van het werken met Positieve Gezondheid naar je eigen praktijk.
- Je weet hoe je een gesprek kunt openen met behulp van het spinnenweb Positieve Gezondheid en hebt daarmee geoefend.
- Je hebt een haalbare werkwijze uitgedacht om in je eigen werkpraktijk de onderwerpen zingeving en veerkracht in het gesprek te betrekken, al dan niet met behulp van het spinnenweb.
- Je hebt concrete leer- en ontwikkeldoelen voor jezelf gesteld (bij deelname in teamvorm ook gezamenlijk afgestemd). Deze zijn gericht op beter contact met de cliënt en meer werkplezier.

Trainings sessie 2: Regie bij de ander laten ontstaan

Wat levert deze sessie je op?

- Je hebt een concrete werkwijze geleerd om de ander regie te geven over de inhoud van het gesprek.
- Je weet hoe je tegelijkertijd op een prettige manier kunt gidsen, dus regie kunt houden over het voortgangsproces in het gesprek.
- Je hebt tools om een ander te helpen om vage doelen en plannen te vertalen naar haalbare stappen.
- Je hebt tools om een ander te helpen om negatief gestelde doelen en plannen te vertalen naar positieve, haalbare stappen.

Trainings sessie 3: Luisteren en zien - practice what you preach

Wat levert deze sessie je op?

- Je hebt (opnieuw) ervaren wat de kracht is van luisteren en zien.
- Je bent je er bewust van wanneer je open luistert en wanneer je (onbewust) teveel invult voor de ander.
- Je herkent (te) oppervlakkige of algemene formuleringen bij een cliënt en weet hoe je daarop kunt doorvragen om motivatie te versterken.
- Je hebt goed naar jezelf geluisterd en daardoor je eigen zingeving versterkt.
- Je kunt qua tempo naast de ander blijven lopen en daardoor beter samenwerken.

Trainings sessie 4: Veranderen in de praktijk

Wat levert deze sessie je op?

- Je hebt tools om iemand met een beperkt verandervermogen te helpen om dat vermogen te vergroten.
- Je kunt deze tools ook toepassen voor jezelf als je tegen blokkades aanloopt in je leerproces.
- Je hebt nieuwe mogelijkheden gevonden voor een goede aanpak bij één of meer casussen uit de praktijk.